روش‌های کشت، برداشت و شرح مصور رنگی ۲۵۶ گیاه

گیاهان دارویی

نوشتهٔ ژان ولاک و ژیری استودولا

ترجمهٔ ساعد زمان



ناشر از آقای مهندس پرویز باباخانلو ـ پژوهنده و عضو هیئت علمی سازمان تحقیقات وزارت کشاورزی ـ که زحمت بازبینی ترجمه و تطبیق با متن اصلی کتاب را عهده‌دار بوده‌اند و از رهنمودهای علمی ایشان در کتاب استفاده شده، صمیمانه سپاسگزار است.

انتشارات ققنوس

ولاگ، ژان **Volák, Jan**

گیاهان دارویی / نوشته ژان ولاگ و ژیری استودولا؛ نقاشی از فرانتزک سورا؛ ترجمه ساعد زمان. ـ تهران: ققنوس، ۱۳۷۰.

۳۶۷ ص.: مصور. (بخشی رنگی)، جدول. ISBN: 964-311-474-0

فهرستنویسی بر اساس اطلاعات فیپا.

عنوان روی جلد: گیاهان دارویی: روش‌های کشت، برداشت و شرح مصور رنگی ۲۵۶ گیاه.

عنوان به فرانسه: *Plantes médicinales*

کتابنامه: ص. ۳۶۷.

چاپ پنجم: ۱۳۸۲.

۱. گیاهان دارویی. الف. استودولا، ژیری، Stodola, Jiří ب. زمان، ساعد، ۱۳۳۴-۱۳۷۳، مترجم. ج. عنوان. د. عنوان: گیاهان دارویی: روش‌های کشت، برداشت و شرح مصور رنگی ۲۵۶ گیاه.

۸ و ۱ آ / ۹۹ QK ۵۸۱/۶۳۴

۱۳۷۰

کتابخانه ملی ایران م۷۰-۶۴۷*

گیاهان دارویی

نوشتهٔ ژان ولاگ و ژیری استودولا

نقاشی از فرانتزک سورا

ترجمهٔ ساعد زمان

ققنوس

این کتاب ترجمه‌ای است از:

Plantes Médicinales

Texte de Jan volák et Jiří Stodola

Editions Gründ

انتشارات ققنوس

تهران، خیابان انقلاب، خیابان شهدای ژاندارمری

شمارهٔ ۲۱۵، تلفن ۴۰ ۸۶ ۴۰ ۶۶

* * *

نوشتهٔ ژان ولاگ و ژیری استودولا

نقاشی از فرانتزک سورا

گیاهان دارویی

ترجمهٔ ساعد زمان

چاپ هفتم

۴۴۰۰ نسخه

۱۳۸۷

چاپ نقش ایران

شابک: ۹ - ۴۷۴ - ۳۱۱ - ۹۶۴ - ۹۷۸

ISBN: 978-964-311-474-9

info@qoqnoos.ir

www.qoqnoos.ir

Printed in Iran

۸۵۰۰ تومان

فهرست

پیشگفتار مترجم

یکی از مشکلات بزرگی که طب جدید با وجود امتیازهای ظاهری آن نسبت به طب سنتی با خود به ارمغان آورده، مصرف روزافزون داروهای شیمیایی است که متأسفانه روزبروز شکل حادتری به خود می‌گیرد. در مورد پیامدهای این مسئله می‌توان به دو نکتهٔ بسیار مهم اشاره کرد:

نخست این‌که میکروب‌ها و ویروس‌ها بر اثر مصرف مدام، بی‌رویه و گاهی بدون توجه به طریقهٔ خاص مصرف برخی داروها، به‌تدریج مقاوم می‌شوند؛ به این ترتیب تأثیر داروها ضعیف و حتی خنثی می‌شود و در نتیجه بیماران به افزایش مصرف و انواع قوی‌تر داروها روی می‌آورند.

ثانیاً اگرچه استفاده از داروهای شیمیایی در درمان بیماری‌های خاصی که مورد نظر است مفید واقع می‌شود، ولی مصرف طولانی و در برخی موارد حتی مقطعی آن‌ها عوارض خاصی از خود برجا می‌گذارد که «عوارض جانبی» نامیده می‌شود و بعضاً ممکن است از خود بیماری نیز خطرناک‌تر باشد.

البته این نکته را نیز نباید نادیده گرفت که داروهای شیمیایی عمدتاً با تقلید از فرمول داروهای گیاهی امّا به صورت مصنوعی در آزمایشگاه‌های داروسازی تهیه می‌شوند، ولی اخیراً مشخص شده است در صورتی که برخی از انواع ترکیبات موجود در گیاهان که در آزمایشگاه‌ها به صورت خالص تهیه می‌شوند، همراه با سایر ترکیبات موجود در گیاه به مصرف برسند، عوارض جانبی آن‌ها از بین می‌رود و تنها اثرات مفید آن در شخص آشکار می‌گردد.

به هر حال همان‌گونه که بسیاری از متخصصان این رشته نیز معترفند، باید اساساً بیماران را به سوی مصرف گیاهان دارویی که امتیازهای متعددی نسبت به داروهای شیمیایی دارند، سوق داد. ناگفته نماند که بسیاری از کشورهای آسیایی و اروپایی ــ خصوصاً کشورهایی که این علم در آن‌ها از سابقهٔ بیش‌تری برخوردار است (بالاخص کشور چین) ــ تحقیقات وسیع و دامنه‌داری را در این زمینه شروع کرده و انواع متنوعی از این داروها را به بازار عرضه کرده‌اند که اثرات مثبت آن‌ها مورد تأیید همگان قرار گرفته است.

کتاب حاضر نیز بر اساس یکی از همین بررسی‌ها تنظیم شده است. این کتاب ضمن ارائهٔ اطلاعات کلی از تاریخچه و کنکاش در ابعاد گوناگون این علم، به معرفی تعدادی از متداول‌ترین گیاهان دارویی و تشریح مواد مؤثره موجود در آن‌ها، بررسی و برشمردن اندام‌های مفید گیاهان و طرز تهیه و مصرف آن‌ها پرداخته است.

لازم به تذکر است از آن‌جا که این تحُقیقات در اروپا انجام گرفته ممکن است پاره‌ای از انواع گیاهان مطرح شده از نظر خوانندگان ایرانی ناشناخته باشند. در این صورت بدیهی است که می‌توان از این طریق به وجود آن‌ها پی برد و احتمالاً گیاهان مشابه را در کشور شناسایی کرد تا بتوان از اطلاعات داده شده در مورد آن‌ها تا حدودی سود برد.

در خاتمه مایلم از کلیه صاحبنظرانی که مرا در ترجمه این کتاب یاری داده‌اند تشکر کنم. امید آن دارم که ترجمه و انتشار این کتاب بتواند کمکی هرچند ناچیز به شناخت و پیشرفت این علم در کشور عزیزمان بنماید.

پیشگفتار

طی سالیان متمادی داروهای طبیعی، خصوصاً گیاهان دارویی اساس و حتی در برخی موارد تنها طریق درمان محسوب می‌شدند و در عین حال مواد اولیهٔ موجود در آن‌ها در صنعت داروسازی مورد استفاده قرار می‌گرفت.

در اوایل قرن حاضر پیشرفت علم شیمی و کشف سیستم‌های پیچیدهٔ سنتز ارگانیک منجر به توسعهٔ صنعت داروسازی و جایگزینی شیمی‌درمانی شد. بدین طریق پزشکی مدرن توانست بسیاری از بیماری‌های غیرقابل علاج و غالباً مرگ‌آور را درمان کند. این واقعیت خصوصاً در مورد بیماری‌های عفونی که به‌وسیلهٔ سولفامیدها، آنتی‌بیوتیک‌ها و دیگر ترکیبات شیمیایی مداوا شده‌اند بیش‌تر صدق می‌کند. ایمونوتراپی[1] (تحریک و تشدید سیستم دفاعی بدن) نیز نقش بزرگی در از بین بردن بسیاری از بیماری‌های عفونی بازی می‌کند.

با وجود این، گیاهان دارویی و داروهایی که از آن‌ها تهیه می‌شوند هرگز به طور کامل کنار گذاشته نشدند. مواد اولیه و مؤثری که در گیاهان به‌صورت ذخیره موجود است، پیوسته به‌عنوان موادی غیرقابل جایگزینی مورد استفاده بوده‌اند و خواهند بود.

علاوه بر این، طب مردمی و عطاری‌ها نیز هیچ وقت استفاده از این مواد را متوقف نکرده‌اند و طب سنّتی را به شکلی که از پدران و اجداد دور خود به ارث برده‌اند همواره پاس داشته‌اند.

با گذشت زمان بر تعداد گیاهان دارویی شناخته شده افزوده شده و زمینه‌های کاربرد آن‌ها نیز گسترده‌تر شده است. کشف گیاهان جدید از بین نمونه‌های آورده شده از سرزمین‌های دور، کاربردهای جدید گیاهان به‌عنوان داروهای کمکی در درمان‌های شیمیایی یا آنتی‌بیوتیکی، پی بردن به ارزش بهداشتی گیاهان و بالاخره کشف مواد جدیدی نظیر ویتامین‌ها، هورمون‌ها، مواد ضد میکروبی، ضد ویروسی، ضد توموری در میان گیاهان شناخته شده یا گیاهانی که به‌تازگی کشف شده‌اند، بار دیگر در پیشرفت طبّ گیاهی کمک شایانی کرده‌اند.

بالاخره در دورهٔ جدید صنایع داروسازی، پزشکان و گروه‌های تحقیقاتی بسیاری از

1. Immunothérápie

کشورها بار دیگر توجه خود را به منابع طبیعی و گیاهان دارویی معطوف داشته‌اند، به طوری که امروزه شاهد احداث مزارع وسیع آزمایشی و تولیدی هستیم. کشت گیاهان دارویی در حال حاضر شاخه مهمّی از کشاورزی و منبع اصلی استخراج و تولید مواد اولیهٔ ساخت داروهای موجود به شمار می‌رود.

به این ترتیب ملاحظه می‌شود که در هیچ زمانی توجه به گیاهان دارویی و اثرات و طریقهٔ استفاده از آن‌ها کاملاً گسسته نشده است. در حال حاضر نیز بیماران می‌کوشند به آگاهی‌های بیش‌تر از موارد استفادهٔ مواد مؤثر موجود در آن‌ها و کاربردشان در درمان بیماری‌های مختلف دست بیابند. در عین حال نباید این نکته را از نظر دور داشت که داروهای طبیعی همیشه و برای درمان هر نوع بیماری مناسب نیستند و تنها پزشک می‌تواند نوع درمان و برنامهٔ آن را تنظیم کند. در طول دورهٔ درمان نیز لازم است بیمار تحت نظر و مراقبت پزشک باشد.

چون مواد مؤثرهٔ موجود در داروهای گیاهی به دلیل همراه بودن آن‌ها با مواد دیگر پیوسته از حالت تعادل بیولوژیک برخوردارند، لذا در بدن انباشته نمی‌شوند و اثرات جانبی به‌بار نمی‌آورند و از این رو امتیاز و برتری قابل ملاحظه‌ای نسبت به داروهای شیمیایی دارند. تنها مورد استثنا، گیاهان سمی هستند که هرگز نباید بدون تجویز دقیق پزشک مصرف شوند.

کاربرد گیاهان در داروسازی و جایگزین کردن داروهای وارداتی با آن‌ها در اروپا روزبه‌روز افزایش یافته و نتیجهٔ گرفته شده پیوسته مثبت بوده است.

در این کتاب، ۲۵۶ نوع گیاه دارویی که بسیاری از آن‌ها دارای مواد مؤثر باارزشی هستند و در صنعت داروسازی به‌کار می‌روند، تشریح شده است. لازم به تذکر است که دسته‌ای از گیاهان دارویی که در حال حاضر از سوی صنایع داروسازی نادیده گرفته می‌شوند، بدون ارزش و فایده نیستند و دستور مصرف‌هایی که پزشکان سنتی و عطارها می‌دهند نیز بر پایهٔ همین آگاهی استوار است.

پزشکان، داروسازان و عامّهٔ مردم پیوسته در حال کشف اثرات سودمند گیاهان و مواد مؤثر موجود در آن‌ها هستند تا بتوانند با استفاده از بزرگ‌ترین گنجینهٔ سلامتی، یعنی طبیعت، بیماران را شفا دهند.

مروری بر تاریخچه این علم

مصر: سرزمین اهرام

شناخت امروز ما از تجربیات و مواد دارویی مورد استفادهٔ مصریان قدیم، از روی پاپیروس‌های مقدّسی است که از آنان به جای مانده است. باارزش‌ترین آن‌ها، پاپیروس اسمیت است که قدمت آن به نیمهٔ اول قرن هفدهم قبل از میلاد می‌رسد و به آن پاپیروس جراحی نیز گفته می‌شود. این متن از یک کتاب قدیمی‌تر نسخه‌برداری شده است که قدمت آن به ۲۷۰۰ ـ ۲۹۸۰ سال قبل از میلاد می‌رسد و به آن پاپیروس جراحی ادوین اسمیت می‌گویند. دو متن دیگر نیز که تقریباً به متن اولی نزدیک هستند عبارتند از پاپیروس علوم جنسی از کاهون و گوروب و پاپیروس اِبِر. دیگر نوشته‌ها و یا قطعاتی که امروزه موجود است مجموعهٔ نسخه‌هایی است که شاگردان مدارس طبّ رونویسی می‌کرده‌اند.

برخی از نسخه‌های مصری دارای فرمول‌های بسیار مؤثری هستند. این دستورات شامل حدود ۴۰۰ ماده اولیه می‌شوند که می‌بایست در فارماکوپهٔ مصر قدیم موجود باشد. گروه اول از مواد حیوانی از قبیل خون، گوشت، شاخ، شیر، تخم‌مرغ، عسل و خصوصاً ادرار و فضولات تشکیل شده و گروه دوم از مواد گیاهی نظیر آکاسیا، درخت هلو، سدر، نخل، درخت انجیر، درخت انار، نخل هیفاناکوریاس[1]، درخت زیتون، درخت خرنوب، استراکر، مو و چنار فرنگی تشکیل یافته است. از میان گیاهان غیردرختی مورد استفاده نیز می‌توان از انیسون، باقلا، پیاز، سیر، گندم، جو، زیره، رازیانه، گشنیز، کاهو، لوتوس[2] (نوعی علوفه)، خشخاش، زنگ جو، خیار، نی، کرچک، نیشکر، مو و هندوانه نام برد. ضمناً آن‌ها تقریباً از همهٔ قسمت‌های گیاه از قبیل برگ، گل، ریشه، میوه، صمغ، چوب، عصاره، روغن، تراشه و کاه و حتی خاکستر و دود آن استفاده می‌کرده‌اند و آخرین گروه مواد معدنی هستند که مثلاً از مرمر سفید، انتیموان، آجر، سنگ لاجورد، شوره، خاک رس، نمک دریا، و سرب می‌توان نام برد.

داروها را معمولاً به اشکال مختلف مانند گرد، قرص، شیاف، دلمه، شیرینی یا

1. *Hyphaena Coriacea* 2. Lotus

کلوچه، و برای مصرف خارجی به شکل مرهم، خمیر، یا پوره تهیه می‌کردند. در زیر چند نمونه از این دستورات را بازگو می‌کنیم:

نسخهٔ ضد آسکاریس: ۷۵ گرم ریشهٔ انار را در ۱۵۰ گرم آب به مدت یک شب خیسانده، روز بعد میل نمایند.

نسخه برای پوست: عسل، شورهٔ قرمز و نمک دریا را به مقدار مساوی گرفته و مخلوط می‌کنند تا خمیر یکسانی به دست آید و سپس روی پوست می‌مالند.

برای درمان حبس‌البول: گندم، خرما، خرنوب پخته و آب را به نسبت‌های ۱، ۲، ۲ و ۶ گرفته، بعد از آن‌که خوب مخلوط و له کردند با فشار از الک گذرانده، آب حاصل را به مدت چهار روز مصرف می‌نمایند. این دستورات اگرچه ممکن است امروزه شکل دیگری به خود گرفته باشد، امّا تأثیر آن همچنان باقی است.

مجموعه دستورالعمل‌های درمانی بین‌النهرین

طب بابل از طریق الواح کوچکی که نام داروها را به خط میخی روی آن‌ها نگاشته‌اند به دست ما رسیده است. قدیمی‌ترین لوح متعلق به دوران سومری‌هاست. عناصری که مردمان ساکن بین دو رود دجله و فرات به‌کار می‌گرفته‌اند اساساً ریشهٔ گیاهی داشته است.

یکی از پادشاهان بابل به نام ماردوکاپالیدن[1] دوم (۷۱۰-۷۷۲ قبل از میلاد) باغی درست کرده بود که در آن ۶۴ نوع گیاه دارویی کشت می‌شده است و در میان آن‌ها درخت سیب و انار، همچنین خیار، کدو، سیر، پیاز، رازیانه، زعفران، آویشن، خردل، زیرهٔ سیاه، شوید، گشنیز، خرقه، انواع گل سرخ، خرزهره، شیرین‌بیان، سرو کوهی، شمشاد، نی، بوته آنقوزه و صبر نیز وجود داشته است. و از میان مخدرهایی که مؤثر بوده‌اند، می‌توان از هلبور، بنگ، مهرگیاه، شاه‌دانه و خشخاش (تریاک) نام برد.

دستورات بابلی‌ها برخلاف مصریان وزن و اندازهٔ این داروها را مشخص نکرده است و به‌نظر می‌رسد که ضوابط ناگفته‌ای در مورد مقدار مصرف آن‌ها در میان پزشکان وجود داشته است. امّا گاهی اوقات چند نمونه از مشاهدات نادر آن‌ها نیز دیده شده است. مانند این مورد که یک جوشانده برای صفر است و در آن مقدار مصرف نیز ذکر گردیده

1. Mardoukappalidine

است: ۱۰ سیکل[1] (هر سیکل برابر ۶ گرم است) صمغ کاج، ۱۰ سیکل گل سرخ، ۱۰ سیکل باریجه، خردل و اثنان.

زمان تهیهٔ دارو، و وقت مصرف آن از عوامل بسیار بااهمیت تلقی می‌شد. بهترین موقع شب و سحر قبل از طلوع آفتاب بود. بنابراین جوشانده‌ها و خیسانده‌ها معمولاً در شب تهیه می‌شد و بیمار آن را پس از یک شب استراحت، صبح ناشتا می‌نوشید. داروها معمولاً همراه با عسل، روغن، آب یا شراب و حتی با شیر مصرف می‌شدند و چون در اکثر موارد طعم و مزهٔ آن‌ها مطبوع نبود، بیمار می‌بایست آن را بدون چشیدن می‌بلعید.

بر اساس نظریهٔ آر.سی.توپسون،[2] دستورالعمل‌های بین‌النهرینی شامل حدود ۱۲۰ نوع مادهٔ معدنی، ۲۵۰ گیاه و ۱۸۰ داروی حیوانی بوده که برخی ازآن‌ها هنوز شناخته نشده‌اند. تعداد قابل توجهی از این تولیدات در مصر شناخته شده بودند که پس از آن مردم قدیم و اعراب آن را فرا گرفتند.

هند: گنجینه‌ای از داروها و ادویه‌ها

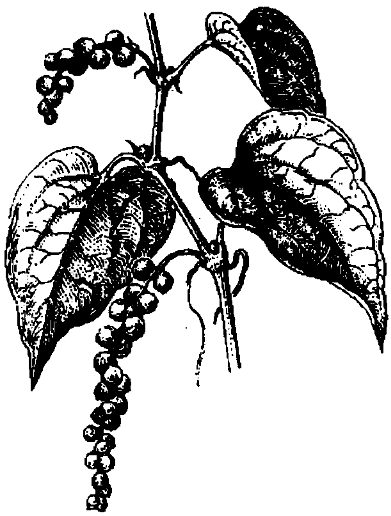
فلسفهٔ هند باستان بر این باور بود که یک جریان مستمر تکوینی در طبیعت وجود دارد. انسان می‌تواند با به‌کارگیری روش‌های سحرآمیز آن را مهار کند و این نیروهای پنهانی را به کنترل خود درآورد. در قدیمی‌ترین آثار به این روش‌ها اشاره شده است. ریگ‌ودا (در هزارهٔ دوم قبل از میلاد) به شکل زیر گیاهان دارویی را ستایش نموده است:

> ای گیاهان، که از زمان‌های بسیار دور، سه نسل قبل از پیدایش خدایان پا به عرصهٔ وجود نهاده‌اید.
> من می‌خواهم صد و هفت اصل شما را بشناسم،
> اصولی که خود مادر هزاران شاخهٔ فرعی است.
> هان ای دانایان، این بیمار را برای من درمان کنید!

هدف اساسی علم پزشکی در هند قدیم، طولانی‌تر نمودن زندگی انسان‌ها و یکی از مهم‌ترین قسمت‌های آن شناخت مواد دارویی (اوپاج)[3] بوده است. این داروها اساساً ریشهٔ گیاهی داشتند و گیاهان دارویی به‌صورت منظم و سازمان یافته طبق نسخه‌های شاه بودایی به نام آشوکا (قرن سوم قبل از میلاد) کشت می‌شدند.

1. Sicle　2. R.C.Thopson　3. Upaj

خاک هند تعداد بی‌شماری از گیاهان دارویی را در خود جای داده است. تا امروز هند مانند گنجینه‌ای از گیاهان طبی باقی مانده است که هنوز تعداد زیادی از آن‌ها در انتظار شناخته‌شدن به‌سر می‌برند. از سوی دیگر این کشور منبع ادویه‌جات و داروهای آرام‌بخش برای همهٔ دنیا بوده است.



فلفل سیاه، ریشه‌ای هندی دارد. این گیاه را اولین بار پرتغالی‌ها با قیمتی بسیار گران در اروپا فروختند. امروزه بیش از ۳۵ میلیون کیلوگرم فلفل سیاه در سال مصرف می‌شود.

در متون هند قدیم در بارهٔ گیاهان طبی این طور نوشته شده است: «این گیاهان را باید فرد شایسته‌ای ساکن جنگل که پاک و مذهبی بوده و به‌صورت شایسته‌ای روزه گرفته باشد، جمع‌آوری کند. گیاهان تازه اثر بیش‌تری دارند. این گیاهان باید فقط در نقاطی دور از دسترس انسان‌ها که خاک حاصلخیز و آب کافی داشته باشد و محل مقدس یا گورستانی در آن‌جا نباشد، کاشته شوند. خود گیاه باید ریشه‌دار باشد و آبیاری شود و برحسب نیاز تحت تابش نور خورشید قرار بگیرد و گاهی اوقات از نور خورشید حفاظت شود و به سمت شمال برگردانده شود.»

داروهای گیاهی به دو گروه تقسیم می‌شوند: گروه اول یا به‌عنوان مسهل، قی‌آور، ملین به‌کار می‌روند یا باعث ترشح بینی (زکام) می‌شوند و گروه دیگر مسکن هستند. بدین طریق در شرایط ایجاد تب، نوشیدن جوشاندهٔ شیرمانند دانه‌های نارس جو که در آن کره حل کرده باشند، تجویز می‌گردد. برای سرفه شیرهٔ قند محلول در آب همراه با عسل و فلفل تجویز می‌شد. داروهای خوراکی را با کرهٔ تصفیه‌شده، عسل و روغن کنجد مخلوط می‌کردند و تعدادی از آن‌ها نیز به شکل قرص یا گرد همراه با شکر مصرف می‌شد. ضمناً آنان می‌دانستند چگونه به کمک یک لوله یا دستگاه بادی دارو را به بدن داخل کنند. آریایی‌ها بنگ (مخدری که از شاهدانه گرفته می‌شود) را از قدیم می‌شناختند. رسالهٔ پزشکی واگ‌بهاتا نوعی خواب تخدیری را شرح داده و دستنوشته‌ای به نام بوور محتوی قطعه شعری در بارهٔ تأثیرات طبی سیر است.

مخدرهای هندی در تمام آسیا مشهور بوده و حتی در دستورالعمل‌های کشورهای غربی نیز رخنه کرده‌اند. اروپا برای تأمین بسیاری از ادویه و مواد دارویی غیرقابل جایگزینی نظیر زیرهٔ سیاه، فلفل، هل، زنجبیل، میخک، جوز، چوب صندل، شیرهٔ عسل، شاه‌دانه(حشیش)، روغن کرچک، روغن کنجد، صبر زرد، ریشهٔ گلگنوم و نیشکر به هند وابسته است.

چین با ۸۱۶۰ نسخه

در کنار طب سوزنی که در چین اختراع شده و در آن کشور بسیار مورد استفاده قرار می‌گیرد، مهم‌ترین قسمت طب قدیم چینی شامل داروشناسی (علم داروهای گیاهی) می‌شد. نوشته‌ای به نام پن‌تسائوکانگ ـ مو[1] که در سال ۱۵۹۷ تکمیل و منتشر شد محتوی تعدادی باورنکردنی از گیاهان دارویی و داروهایی با ریشهٔ حیوانی است و ثابت می‌کند که چینی‌ها بیش از هر قوم دیگری این داروها را می‌شناخته و به‌کار می‌برده‌اند. چینی‌ها معتقد بودند که طبیعت برای هر دردی درمانی در خود دارد و بدین طریق در طول قرن‌ها کتابی در بارهٔ داروهای مؤثر و همچنین موادی که تابه‌حال شناخته نشده‌اند و حتی بی‌اثر تهیه نمودند. یکی از این گیاهان که تأثیر آن کاملاً شناخته نشده است، ریشه سحرآمیز جین‌سینگ[2] است که به دلیل توجه زیاد اروپایی‌ها به این دارو به عنوان درمان‌کنندهٔ همه دردها از نازایی و پیری گرفته تا سرطان مورد استفاده بوده است.



تصویر نقاشی شدهٔ دو گیاه با میوه‌هایی که شکل آن‌ها به یکدیگر نزدیک است و خواص دارویی تقریباً یکسانی دارند. یکی از دو تصویر مربوط به کدو (کوکوربیتا پپو) و دیگری مربوط به بادمجان (سولانوم ملونگنا) است. این دو گیاه اغلب در آشپزی مصرف می‌شوند.

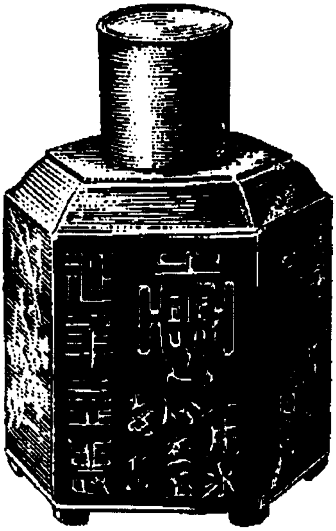
طب جدید به سبب شناخت گیاهانی نظیر ریوند چینی، کافور، افدرا، بادیان جین‌سینگ و چای چینی مدیون چینی‌هاست.

همانند طب غربی، علم پزشکی چین

1. *Pents'ao Kang-mou* 2. Panax Ginseng

نیز از ریشهٔ انار، اقونیطون و عصارهٔ آن و از مواد معدنی‌ای نظیر آهن، آرسنیک، جیوه و گوگرد استفاده می‌کرده است.

رسالهٔ داروسازی پن‌تسائوکانگ ـ مو ۸۱۶۰ نسخه دارد که بر ۱۸۷۱ ماده که عموماً ریشه گیاهی دارند، متکی است.



جعبه چای چینی ساخته شده از قلع

داروها به شکل جوشانده، مخلوط، گرد، قرص، ضماد، شیاف یا مرهم مصرف می‌شدند. آن دسته از گیاهان دارویی که بیش از همه در چین مورد مصرف قرار گرفته‌اند و اثر آن‌ها بیش‌تر مورد اطمینان بوده همان گروه گیاهانی است که در اروپا شناخته شده‌اند. و می‌توان به‌عنوان نمونه از قصب‌الذیره، ریشهٔ باباآدم، ترخون، اقونیطون، گل مینا، زیرهٔ سیاه، گل سپاس (جنتیانا)، شیرین‌بیان، گردو، بارهنگ، هلو، انار، ریوند، روغن کرچک و چای چینی (برای درمان سرماخوردگی، سردرد، اسهال و سرفه) نام برد.

تریاک یا شیره‌ای که از گرز خشخاش نرسیده گرفته می‌شود، ۱۰۰۰ سال قبل از میلاد به طب چینی وارد شده است. این ماده به‌عنوان دارویی علیه اسهال خونی و اسهال ساده به‌کار می‌رفت و فقط در زمان آخرین امپراتور سلسلهٔ مینگ (قرن شانزدهم) که نوشیدن مشروبات الکلی را ممنوع کرده بود، کشیدن تریاک آغاز شد.

این داروهای گیاهی برای ما نسبتاً قابل درک است. امّا برای ما مشکل است خود را به جای پزشک چینی بگذاریم که اعضای مختلف حیوانی از قبیل: مو و سبیل ببر، نوک شاخ گوزن، آب دهان قورباغه، شاخ کرگدن، گوشت مار و جانوران بی‌مهرهٔ دریایی و غیره تجویز می‌کرده است.

دستورالعمل‌های چینی از اعضا و ترشحات انسانی نیز به‌صورت وسیعی نام می‌برند. باید این نکته را نیز یادآور شد که واکسن ضد آبله مدت‌های مدیدی در چین سورد استفاده قرار می‌گرفت.

از طرف دیگر این امر نیز غیرممکن نیست که علم پزشکی و تحقیقات جدید پایه و اساس علم ناشناختهٔ عضودرمانی چینی را برای ما توضیح دهد.

دنیای قدیم و پزشکانش

پزشکان قدیم داروهای خود را شخصاً با مواد اولیه‌ای که از طریق فروشندگان گیاهان دارویی و تجار تهیه می‌کردند، می‌ساختند. برخی از این افراد شیادانی بودند که انواع شربت‌های سحرآمیز و ترکیبات زیبایی، معجون‌های عشق و زهرهای مهلک درست می‌کردند.

و در مقابل افراد درستکاری نیز بودند که به گیاهان طبی علاقهٔ زیاد داشته و از خود آثاری شامل کروکی، شرح گیاهان و ذکر اثرات آن‌ها بر جای گذاشته‌اند.

بقراط از زمان قرون وسطی پدر طب نامیده شد. او در سال ۴۶۰ قبل از میلاد در یکی از جزایر دریای اژه به‌دنیا آمد و در ۳۷۷ سال قبل از میلاد در لارس[1] واقع در تسالی[2] درگذشت.

بقراط حتی امروزه نیز نماد طب یونانی و اصول اخلاقی حرفهٔ پزشکی نظیر قدرت تشخیص، ازخودگذشتگی و اخلاص شناخته می‌شود. اصول بقراط و اخلاق پزشکی او علی‌رغم ۲۵۰۰ سالی که از دوران زندگی وی می‌گذرد، هنوز معتبر است (پزشکان هنوز سوگندنامهٔ بقراط را می‌خوانند). مجموعه نوشته‌های او که برای کتابخانه معروف آن زمان به نام اسکندریه نوشته شده به نام او خوانده می‌شود. پدر علم طب وجدانی استثنایی داشت. وی می‌دید که شناخت علل یک بیماری و از بین بردن عواقب آن برای پزشکانی که در آن زمان انجام وظیفه می‌کردند، چه کار مشکلی است. نقطه نظرات وی اساساً پایهٔ فلسفی داشت و طب را بیش‌تر هنر می‌دانست تا علم. بنابراین می‌توان به‌سادگی دریافت که چرا او اعتقاد داشت: «زندگی کوتاه است، و راه هنر طولانی، لحظات در فرار، تجربیات شبهه‌انگیز و قضاوت مسئله‌ساز.» به نظر بقراط اعمال فیزیولوژیک بدن وابسته به تعادل بین چهار عنصر اولیه یعنی: خاک، آب، آتش و هواست. نمایندگان این عناصر در بدن سیالاتی از قبیل خون، لنف، صفرای زرد و صفرای سیاه هستند. اگر این مواد به مقدار متناسبی تولید شوند، انسان سالم خواهد بود

1. Larisse 2. Thessalie

و هنگامی که مناسبات آن‌ها به‌هم می‌خورد و درجه حرارت تغییر می‌کند، شخص مریض می‌شود. تئوری سیالات بدن ارزش بسیاری پیدا نمود و برای مدتی طولانی اعتبار خود را حفظ کرد. بقراط همچنین از مجموعه‌ای گیاهان دارویی و داروهای گیاهی نام می‌برد که در میان آن‌ها تخدیرکننده‌هایی نظیر تریاک، بلادون، بنگ و مهرگیاه وجود دارند.

در دوران بقراط بود که ارتباط میان شکل گیاهان و بیماری‌های قابل درمان توسط آن‌ها مطرح شد (تئوری امضاها). این خود طبیعت است که به ما قدرت درمانی گیاهان را نشان می‌دهد و به همین علت بود که ساقهٔ زیرزمینی زرد رنگ ریوند علیه زردی و برگ‌های خزه علیه بیماری کبد؛ سنفیتون برای ریه، گل‌ها و میوه‌های قرمز انار علیه خونریزی و غیره به‌کار می‌رفتند. این فرضیه نیز تا قرون وسطی معتبر بود.

پزشکان یونانی با موفقیت‌هایشان در همهٔ کشورهای حومهٔ مدیترانه به شهرت رسیدند و از آن پس خصوصاً در رم ساکن شدند. تعدادی از ایشان سوابق درخشانی نیز از خود برجای گذاشته‌اند.

جالینوس در پرگاموس واقع در آسیای صغیر حدود سال ۱۳۰ قبل از میلاد به‌دنیا آمد. وی طبیب مدرسه گلادیاتورها و پزشک شخصی مارک ـ اورل[1] شد. او نوشته‌های بقراط را بدون این‌که مشاهدات و تجربیات شخصی خود را نادیده گیرد، در سرلوحهٔ کار خود قرار داده بود. جالینوس تجربیات خود را در یازده جلد ثبت کرد. کسانی که پس از او آمدند چه در دوران متقدمین و چه در دورهٔ بیزانس از کتاب او استفادهٔ بسیاری کردند.

جالینوس تعداد قابل ملاحظه‌ای از گیاهان را می‌شناخت و از آن‌ها دارو تهیه می‌کرد. وی داروهای گیاهی را به چند گروه تقسیم کرد و بنیانگذار شاخهٔ خاصی از طب به نام جالینوسی (علم مواد دارویی و تهیهٔ آن‌ها) بود. اشکال مؤثر داروها (گالنیک) امروزه نیز یادآور نام اوست.

پدانیوس دیوسکوریدس،[2] یک پزشک دیگر یونانی بود که در ارتش نرون خدمت می‌کرد. گیاهان دارویی را از بسیاری از کشورهای مدیترانه جمع‌آوری کرد و در حدود سال ۷۸ میلادی شرح آن‌ها را در دایرةالمعارف‌گونه‌ای تدوین کرد. این کتاب اساس داروشناسی علمای اسلامی بوده است و در مآخذ اسلامی به نام‌های هیولی علاج‌الطب،

1. Marc-Aurele 2. Pédanios Dioscoride

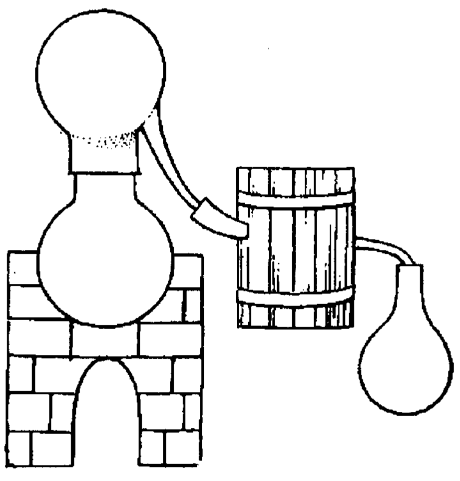
کتاب الادویةالمفرده و کتاب الحشائش و النباتات خوانده شده است. اصطفن‌ابن‌باسیل آن را به عربی ترجمه کرد.

ستارگان طب اسلامی

اولین مسلمانی که از ترجمه‌های پزشکی سود بسیار برد، ابوبکر محمد بن ذکریای رازی (۹۲۵-۸۶۵)بود.

رازی مدتی به طبابت و استادی در بیمارستان بغداد پرداخت. وی طبیبی حاذق و بسیار دقیق بود. از او کتاب‌های بسیاری که شامل شرح داروها هستند، خصوصاً کتاب المنصوری و همچنین ۲۴ کتاب طبی دیگر که محتوی تعداد زیادی نسخ پزشکی هستند، به جای مانده است. به‌عنوان مثال برای رفع دل درد و قولنج، دانه و تخم بِه، شنبلیله، رازیانه، بابونه و دیگر عناصر را تجویز می‌کرده است.

پزشک نامور ابوعلی‌سینا (۱۰۳۷-۹۸۰) شخصی استثنایی بود که همه وجود خود را وقف مطالعه علوم مختلف از قبیل: منطق، جغرافیا، متافیزیک، فلسفه، طبّ، نجوم و دیگر علوم طبیعی که تا آن زمان شناخته شده بود و کشف ترجمه‌های نویسندگان عهد قدیم کرده بود، علم طب در سن هفده سالگی او را در بخارا مشهور کرد و شهرتش را تا بغداد گسترد. وی در طول هفت‌سالی که در اصفهان به سر می‌برد، کتاب مشهور خود به نام قانون در طب را به زبان عربی به اتمام رساند. (۱۰۱۴ الی ۱۰۲۱) او در دوّمین جلد کتاب قانون که به داروسازی و آموزش داروهای طبیعی ساده اختصاص داده شده بود، مؤثرترین داروهای زمان خود را به رشته تحریر درآورد.



این دستگاه تقطیر را که با آب سرد می‌شود (قرع و انبیق شیمیدان‌های قرون وسطی) دانشمندان اسلامی می‌شناختند و برای کارهای مختلفی از قبیل تهیهٔ الکل، اسانس‌های فرّار، روغن‌ها و غیره به‌کار می‌بردند.

این دانشمند ۸۱۱ داروی گیاهی

و معدنی را در این کتاب همراه با اثرات آن‌ها بر بدن انسان شرح داده است. تعدادی از گیاهان دارویی که بوعلی‌سینا از آن‌ها نام برده است، هنوز شناخته نشده‌اند و برخی از آن‌ها ریشهٔ هندی، تبتی، چینی یا کلاً شرقی داشته‌اند. بوعلی‌سینا از جیوه نیز استفاده می‌کرد. او همچنین کافور، ریوند، برگ‌سنا، اسطوخودوس، و بابونه را نیز می‌شناخت. وی در درمان‌هایش از گلوکز به کمک تجویز میوه‌هایی که مقدار زیادی قند دارند، استفاده می‌کرد و از داروهای ترکیبی، پانسمان، کمپرس، تنقیه، آمپول، ماساژ و دیگر روش‌های درمانی بهره می‌برد، و علاوه بر آن از کشش اعضا در صورت شکستگی سود می‌جست.

در طول شش قرن، بوعلی‌سینا لقب سلطان طب را حفظ نمود. وی قبل از مرگ تمام دارایی خود را بخشید و بردگانش را آزاد ساخت. او تا به امروز پیشگام و نماینده طب «پیشگیری» شناخته می‌شود و از او می‌توان مانند نمونه‌ای برای افراد تحصیلکردهٔ تمام جهان نام برد.

از قرون‌وسطی تا به امروز

در معابد قرون‌وسطی رونویسی از دستنوشته‌ها به پیدایش شاخه‌ای از پزشکی به نام طب صومعه (موناستیک) منجر شد که بیماری‌ها را از طریق گیاهان درمان می‌کرد.

شارل ماین[1] (۷۶۸ـ۸۱۴م) فرمان مشهور «دوویلیس»[2] را در سال ۸۱۲ صادر کرد. بر اساس این فرمان رسمی، همهٔ صومعه‌ها و کشاورزان عمده می‌بایستی برخی سبزیجات، گیاهان دارویی، برخی درختان، و بعضی گل‌ها را برای اشاعه کشت گیاهان دارویی و بالابردن سطح اطلاعات پزشکی کشت می‌کردند.

در قرن دوازدهم میلادی گیاه‌شناس معروف



لابراتوار داروسازی قرون‌وسطایی بر اساس یک کنده‌کاری قدیمی.

1. Charle Magne
2. De Villis



کنده‌کاری بر روی مس به‌وسیله ه. کوک (قرن شانزدهم) از روی نقاشی پی.بروگل که نشان‌دهندهٔ قوانین خشک و سختی است که بر مؤسسات گیاهان دارویی حاکم بود.

آلمانی هیلدگارد دوبینگن[1] (۱۰۹۸ـ۱۱۷۹م) دو رسالهٔ معروف فیزیک و علت و درمان را نوشت.

نوشته‌های سنت‌هیلدگارد تأثیر زیادی بر پیشرفت امر نامگذاری گیاهان دارویی در آلمان داشت و پس از آن در کنار نام‌های لاتین، نام محلی گیاهان نیز مورد استفاده قرار می‌گرفت.

در قرن دهم میلادی در شهر سالرن[2] ایتالیا یک مدرسهٔ پزشکی الهام گرفته از آثار نویسندگان عهد قدیم و طبّ اسلامی ایجاد شد. این مدرسه الگوی واقعی برای دانشگاه‌هایی شد که بعدها به‌وجود آمدند. در این مدرسه کتاب‌های عربی به‌وسیلهٔ کنستانتین که دارای اصالت کارتاژی بوده و از سال ۱۰۵۰ تحت تأثیر آن‌ها قرار گرفته

1. Hildegarde de Bingen 2. Salerne

بـــود، تـــدریس مـی‌شد. گـرچـه در ایـن مـــدرسه رسـالهٔ آنـتی‌دوتاریوم سـالرنیتاتوم[1] نـوشته نـیکلاس پـراپـوزیتوس[2] ارزش زیـادی داشت، امّا کـتابی کـه بـی‌شک مدرسهٔ سالرن شهرت جهانی خویش را مـــدیون آن است، رگـــیمن ســـانیتاتیس سالرنیتاتوم[3] بود که بـه‌طور مـفصل گـیاهان دارویی را شرح می‌دهد.

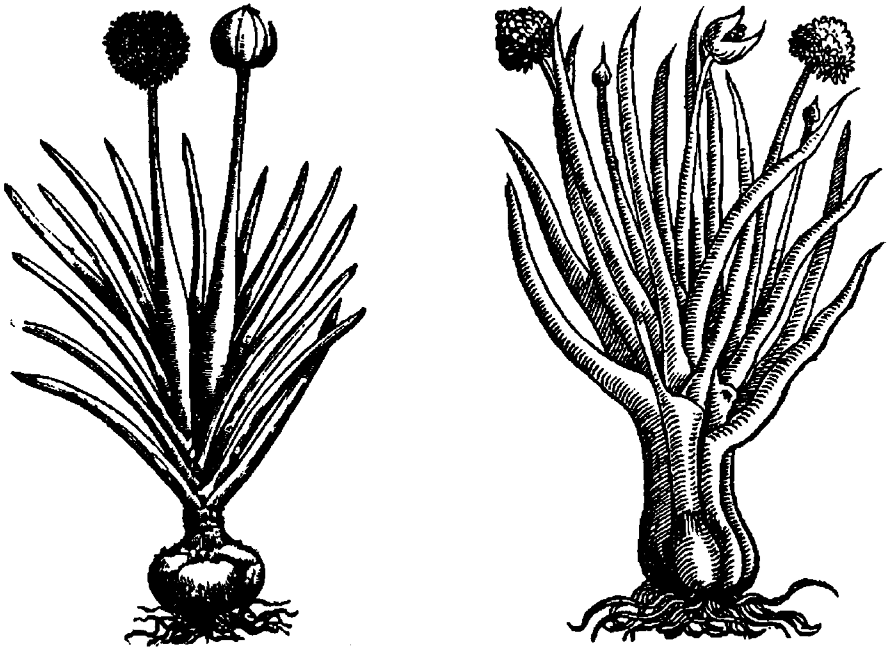


این ظرف بزرگ داروسازی قرن ۱۶ یک آلبارلو است که در اصل ایتالیایی و پر از نقش و نگار است. روی آن حروف کن.د.رُز نوشته شده است.

اگر در منطقهٔ مدیترانه یافتن داروهای گیاهی که از طرف مدرسهٔ سالرن تجویز می‌شد آسان بـود، در عـوض در شـمال آلپ، اوضـاع بـه‌صورت دیـگری بـود و می‌بایست جستجوی بسیاری در مـیان گیاهان بومی انجام می‌شد تا بتوان گیاهی را بـه جـای گـیاهان بسـیاری کـه وارد می‌شدند، جایگزین ساخت. هنگامی که امکان کشت گیاهان دارویـی خـصوصاً به خاطر فرمان شارل ماین به‌وجود آمد صومعه‌ها نیز به کشت این گیاهان پرداختند و در همین زمان نخستین باغ‌های گیاه‌شناسی و گیاهان دارویی در بیمارستان‌های صومعه‌ها ایجاد شدند.

پس از افـول مـدرسهٔ سـالرن، طـرفداران آن تـحت رهـبری آرنـو دویـل نـو[4] (۱۲۳۵-۱۳۱۱م) سعی کردند بار دیگر چنین مؤسسه‌ای را به‌وجود آورند. و بدین شکل مدرسهٔ مونپلیه (در جنوب فرانسه) به‌وجود آمد، ولی با وجود پزشکان خوب بسیاری نظیر شولیاک[5] که کوری چشم بوهِم ژان پادشاه لوکزامبورگ را درمان کرد، به شـهرت چندانی دست نیافت.

1. *Antidotarium Salernitatum*
2. Nicolaus Praepositus
3. *Regimen Sanitatis Salernitatum*
4. Arnau de Vill Neuve
5. Chauliac



دو تصویر از کتاب ماتیولی

از اواخر قرن دوازدهم میلادی گیاه‌شناسی دوره رکود را طی نمود. مدرسین قدیمی به‌تدریج به دست فراموشی سپرده می‌شدند و این در حالی بود که تعداد تازه‌واردین به این علم نیز چندان زیاد نبود. تفکرات فلسفی تحت سلطهٔ آموزش‌هایی درآمدند که تدریس در آن‌ها خصوصاً بر اساس بحث‌های بیهودهٔ فلاسفه پایه‌ریزی شده بود و از هر نوع پیشرفت در علوم طبیعی و مشاهدات مستقیم خودداری می‌کردند. در این دوران، تجارت مخدرها و گیاهان دارویی از طریق اسکندریه، لوان، فلورانس و ونیز انجام می‌گردید. در هر حال از شخصیت‌های معروف این دوره طبیب و گیاهشناس معروف آلبرت لوگراند[1] (آلبرتوس مگنوس ۱۲۸۰-۱۱۹۳م) و اِوِک دوراتیسبون[2] را می‌توان برشمرد که شش جلد کتاب در مورد گیاه‌درمانی از خود به یادگار گذاشتند.

در نیمهٔ اول قرن چهاردهم سیمون دوژن و متااوس سیل تیکوس با مرور و مقایسهٔ

1. Albert le Grand
2. Eveque de Ratisbonne

نام‌گیاهان در زبان عربی و یونانی و لاتین کار گیاه‌شناسان آینده را هموار ساختند.

دو واقعهٔ به‌ظاهر نامربوطی که در این زمان اتفاق افتاد زمینهٔ علم گیاه‌شناسی را گسترش داد. یکی از آن‌ها اختراع دستگاه چاپ به‌وسیله گوتنبرگ در سال ۱۴۵۰ و دیگری کشف امریکا به‌وسیلهٔ کریستف کلمب در سال ۱۴۹۲ بود. نتیجه مستقیم این وقایع، چاپ تعداد زیادی از مجموعه‌های گیاهی و وارد کردن داروهای جدید بسیار به اروپا بود.

از مدت‌ها پیش نیاز به وجود کتابی در مورد درمان با گیاهان و طرز استفاده از داروهای گیاهی در بین طبقات مختلف مردم احساس می‌شد و در سال ۱۴۸۴ بود که در ماینس[1] کتابی از یک نویسندهٔ ناشناس به چاپ رسید. عنوان کتاب هرباریوس موگونتینا امپرسوس[2] بود که داروهای در معرض فروش را به کمک صفحات نقاشی شده از روی مدل‌های واقعی شرح می‌داد. این کتاب چندین بار در آلمان، هلند، پادوا، ونیز و ویچنتا چاپ شد. موفقیت این کتاب باعث شد که کتاب بسیار مهم‌تری به نام باغ سلامتی[3] چاپ شود.

در اواخر قرن چهاردهم و اوایل قرن پانزدهم در منابع علمی آثاری به چشم می‌خورد که در آن‌ها گیاهان و اثرات درمانی آن‌ها با استفاده از سیستم گیاه‌شناسی علمی تشریح شده است. در سال ۱۵۳۰ یکی از متخصصین به نام رنانس اوتوبرونفل[4] کتابی به نام هرباریوم ویوا اکونس[5] به چاپ رساند که در آن تصاویر بسیار زیبایی وجود داشت که گیاهان منطقهٔ استراسبورگ را نشان می‌داد.

لئون‌هارد فوش[6] استاد طبّ در توبینگن[7] نیز کتابی به نام استیرپیوم هیستوریا[8] (۱۵۴۲م) چاپ نمود که شامل تصاویری بود که اسامی یونانی آن‌ها به ترتیب الفبا مرتب شده بودند. هیرونیموس بوک[9]، ملقب به تراگوس[10] در کتاب خود به نام نئوکروتربوخ[11] که در سال ۱۵۳۹ چاپ شد، گیاهان بوته‌ای، درختچه‌ها و درختان را بر اساس شباهت‌های آناتومیک آن‌ها به چاپ رساند.

1. Mayence 2. *Herbarivs Moguntinae Impressus* 3. *Hortus Sanitatis*
4. Otto Brunfels 5. *Herbarium Vivae Icones* 6. Leonhard Fuchs
7. Tübingen 8. *Stirpium Historia* 9. Hieronymus Bock
10. Tragus 11. Neu Kreuterbuch

در سال ۱۵۸۳ نوبت آندرئا چزالپینو[1] ایتالیایی بود تا کتاب بزرگ خود را به نام دوپلانتس لیبری[2] که در مورد تغذیه و تکثیر گیاهان بود به چاپ رساند. از میان پدران فارماکونوز (پاترفارماکونوزیا)[3] که شناخت داروهای گیاهی را گسترش دادند، می‌توان از این اشخاص نام برد: ۱. والریوس کوردوس[4] (۱۵۴۴-۱۵۱۵م) که کتابش شامل یک سلسله رساله گیاه‌شناسی و شرح داروهای گیاهی جدید وارد شده از امریکا بود. ۲. نیکولوس مونارِدز[5] (۱۵۷۸-۱۴۹۳م) که در کتاب خود به نام هیستوریا مدی‌سینا (تاریخچه طب) دو گیاه غشیه و سبادیل را که از کشورهای دوردست آورده بود، توضیح و شرح داد. ۳. گیاه‌شناس معروف فرانسوی شارل دولک لووز[6] که در سال ۱۶۰۹ درگذشت. وی ترکیبی از دستورالعمل‌ها و مقالاتی که اثرات درمانی داروهای مورد مصرف را تشریح نموده بود نوشت که از اوّلین نشانه‌گذاری‌های داروهای گیاهی موجود بود و در همین زمان در فلورانس نیز اولین کودکس رسمی که شامل فهرستی از داروها و ترکیبات دارویی به نام آنتی دوتاریوم فلورنتینوم[7] بود، چاپ شد.

بدون شک معروف‌تر از همه پزشک ایتالیایی پیرآندره ماتیولی[8] (۱۵۷۷-۱۵۰۱م) است. ماتیولی پزشک مخصوص امپراتور فردینانداول (۱۵۵۴) و سپس ماکسمیلیان دوم بود. کتاب او به زبان ایتالیایی شرحی است بر نوشته‌های دیوسکورید[9] (۱۵۴۴) که ترجمه‌ای از آن ده سال بعد به چاپ رسید. سی‌ودوهزار نسخه از این کتاب تا سال ۱۵۶۳ به فروش رفت که در واقع یکی از پرفروش‌ترین کتاب‌های قرن شانزدهم بود. تجدید چاپ آن در آلمان، ایتالیا و بوهم نشانگر معروفیت و ارزش این کتاب بود.

کتاب ماتیولی شامل مجموعهٔ کلاسیکی از دانسته‌های قرن شانزدهم در زمینهٔ گیاهان دارویی اعم از داخلی و خارجی بود. این کتاب مانند یک واسطه بین اطلاعات قدیمی در مورد گیاهان دارویی و کتاب‌های گیاه‌شناسی علمی همراه با ذکر نتایج به دست آمده از دید داروسازی بود.

کشفیات جدید، امکان مسافرت‌های بین قاره‌ای و صنعت چاپ به پیشرفت این علم کمک شایانی کردند. اولین فرد ارزشمندی که در این زمینه درخشید، فیلیپ آورئولوس

1. Andrea Cesalpino
2. De Plantis Libri
3. Patres Farma Cognosiae
4. Valerius Cordus
5. Nicolus Monardes
6. Charles de Lecluse
7. *Antidotarium Florentinum*
8. Pierre André Mattioli
9. Dioscoride

پاراسلسوس[1] بود که شخصیت وی از حدود قرون وسطی بسیار فراتر می‌رفت. طب آن زمان تحت سلطهٔ تئوری‌های سیالات بدن بقراط و کیمیاگری و حتی شارلاتان‌ها و اعتماد چشم‌بسته به داروهای کذایی و گرانقیمت قرار داشت. پاراسلسوس برخلاف جریان حاکم حرکت کرد و با سفر به اروپا و جمع‌آوری تجربیات گوناگون پایه و اساس محکمی در طبّ به‌وجود آورد. وی پس از مدتی اقامت در استراسبورگ، کتابش را به نام گنجینه گیاهان[2] به پایان رساند. هرباریوس، یا کراوتر بوخ[3] یکی از مهم‌ترین کتاب‌های وی است که شامل مجموعهٔ تجربیات وی در سفرهای اروپایی‌اش می‌باشد. بازار آلمان در آن هنگام مملو از داروهای وارداتی بود و پاراسلسوس در این باره می‌نویسد: «ما هر چیزی را روی خاک خود داریم. بیماری هر کشور در خود آن کشور پیشرفت می‌کند و در عین حال دارو و پزشک آن نیز در همان جا یافت می‌شود.» نسخه‌های درمانی وی دارای اثرات مثبتی بود، زیرا او در عین‌حالی که داروفروش بود، شیمیدان ماهری نیز بود. او مقررات پیچیده و بی‌معنی زمان خویش را به رسمیت نمی‌شناخت، امّا برای طب گیاهی اولویت خاصی قائل بود و به اثرات درمانی آب‌های معدنی و گیاهان محلی توجه زیادی داشت. وی اولین کسی بود که علم شیمی را با به‌کار بردن آنتیمون، مس، جیوه، آرسنیک، نقره و طلا در روش‌های درمانی شرکت داد.



شیمیدان معروف، «لئون‌هارت توریسر» اهل تورن (۱۵۹۶ـ۱۵۳۰م). کنده‌کاری روی چوب، از مجموعه تصاویر کتابخانهٔ ملی وین.

1. Paracelse (Aureolus philippus the ophrastus Bombastus von Hohenheim. 1493-1541).

2. *Herbier* 3. *Kräuterbuch*

بنابراین او در تاریخ علم طبّ به‌عنوان اصلاح‌کننده طبّ و به بیان دیگر بنیانگذار شیمی‌درمانی و فردی مطلع در باب گیاهان دارویی شناخته شده است.

بسیاری از شیمیدان‌ها، پزشکان و داروسازان عصر جدید در تحول و تکامل علم شیمی در داروسازی و مطالعهٔ عناصر مؤثرهٔ داروهای مورد مصرف سهم دارند.

آندره‌لیباویوس[۱] (۱۶۱۶-۱۵۴۰م) رسالهٔ تحلیلی به نام الکیمیا را که اولین رسالهٔ مستقل در علم شیمی بود، نوشت. در این‌جا باید از شیمیدان بزرگ جان رودلف گلوبر[۲] (۱۶۶۸-۱۶۰۴م) نام برد که کشف سولفات سدیم را که هنوز به نام نمک گلوبر شناخته می‌شود، مدیون او هستیم.

بنیانگذار شیمی تجربی و آنالیتیک شخصی ایرلندی به نام روبرت بومل (۱۶۹۱-۱۶۲۷م) بود. فردریک هوفمان[۳] (۱۷۴۲-۱۶۶۰) که پدر «لیکور هوفمان» (اترالکلیزه) است، شیمیدانی بسیار ماهر و پزشکی حاذق بود. هوفمان اسانس‌های طبیعی (یا روغن‌های فرّار) را مورد مطالعه قرار داد. ترکیبات منیزیم مورد توجه او بود. وی آب‌های معدنی را نیز مورد بررسی قرار داد.

شیمی و فارماکولوژی به‌موازات یکدیگر تکامل یافته‌اند. یونز ژاکوب برزیلیوس[۴] (۱۸۴۸-۱۷۷۹م) سوئدی سلنیوم و توریم را کشف کرد، داروساز و پروفسور شیمی جی.بی.کاونتو[۵] (۱۸۷۷-۱۷۹۵) همراه داروساز پاریسی به‌نام جی - پلتید (۱۸۴۲-۱۷۸۸م) گنه‌گنه، امتین[۶] و کافئین را کشف کردند. فردریک ویلهلم آدام سرتوتنر[۷] (۱۸۴۱-۱۷۸۳م) داروساز، با کشف مرفین و اسید مکونیک که از تریاک استخراج شده بود، معروف شد. یک داروساز دیگر از اهالی هایدلبرگ به نام پی.ال.گایگر[۸] (۱۸۳۶-۱۷۸۵م) با همکاری هس که شیمیدان بود، آتروپین، داتورین، هیوسیامین[۹]، کلشیسین، کنین و آکونیتین[۱۰] را کشف کرد. روبرت بوکهم[۱۱] که پزشک بود، به‌عنوان بنیانگذار فارماکولوژی مدرن شناخته می‌شود، و بالاخره به لطف کتاب

1. Andreas Libavius
2. Johann Rudolph Glauber
3. Friedrich Hoffmann
4. Jöns jakub berzelius
5. J.B.Caventou
6. Émétine
7. Friedrich Wilhelm Adam Sertütner
8. Heidelberg. P.L.Geiger
9. Hyoscyamine
10. Aconitine
11. Robert Buchheim

پروفسور الکساندر ویلهلم اسوالد چیرش[1] (۱۹۳۹-۱۸۵۶م) به نام رسالهٔ فارماکونوزی بود که این روش (مطالعهٔ گیاهان دارویی و داروهای طبیعی) در میان علوم شناخته شدهٔ دیگر جای گرفت.

در حال حاضر تحقیقات و مطالعات علمی در مورد گیاهان دارویی در بسیاری از مؤسسات، کارخانجات داروسازی یا کلینیک‌های کشورهای صنعتی دنبال می‌شود. این مطالعات در دو جهت انجام می‌گیرند. از یک سو روش‌های مدرن درکاربرد شیمیایی و فیزیکوشیمیایی در رابطه با مواد مؤثرهٔ گیاهان در طب سنّتی و اثرات فارماکولوژیک و بالینی آن‌ها مورد بررسی قرار می‌گیرد و از سوی دیگر داروهای جدیدی که از مناطق شناخته نشده نظیر جنگل‌های بکر به‌دست می‌آیند، مورد مطالعه قرار می‌گیرند. این مناطق محل رشد گیاهانی هستند که هنوز اثرات آن‌ها شناخته نشده است. امّا بومیان آن مناطق در محل‌هایی دور از تمدن آن‌ها را می‌شناسند و این به عهدهٔ پزشکان طرفدار طبیعت است که آن‌ها را کشف کنند.

1. Alexandre Wilhelm Oswald Tschirch

کشت و برداشت گیاهان دارویی

جمع‌آوری گیاهان دارویی در رویشگاه طبیعی آن‌ها جهت به‌دست آوردن مواد اولیه به نظر کاری آسان می‌آید. امّا در واقع این کار نیاز به شناخت و تجربه دارد. اگر شخصی که می‌خواهد این نوع گیاهان را جمع‌آوری کند تجربه‌ای در این کار نداشته باشد، خیلی آسان دو نوع گیاه شبیه به یکدیگر را با هم اشتباه می‌گیرد و نوعی را که اصولاً ربطی به گیاه دارویی مورد نظر ندارد، به خانه می‌آورد که ممکن است مضر یا حتی سمی باشد.

بنابراین نه تنها شناسایی دقیق گیاهی که در جستجوی آن هستیم لازم است، بلکه آشنایی با محل رویش، نیازها و شرایط اکولوژیک آن نیز از ضروریات به‌شمار می‌رود. برخی گیاهان در محل‌های بسیار خاصی می‌رویند و به بعضی دیگر از گیاهان متکی هستند یا در خاک بخصوصی رشد می‌کنند. در این میان گیاهانی وجود دارند که در اطراف روستاها، مناطق جنگلی، ساحلی، باتلاقی، کوهستانی، خشکی‌پسند، سایه‌پسند، گیاهان هرز، مزارع، جلگه‌ای، باغ‌ها یا حتی در اماکن مخروبه رشد می‌کنند.

از سوی دیگر همهٔ گیاهان ترجیح می‌دهند که همراه و در میان دیگر گیاهانی که دارای نیازهای مشابه هستند برویند. ضمناً برخی از گیاهان نیز کمیابند و باید تحت حفاظت قرار بگیرند.

حضور و وجود یک گیاه در طبیعت بستگی به شرایط و عوامل خاصی از نقطه نظر درجهٔ حرارت، میزان بارش، نور و روشنایی، آب و مواد غذایی، ارتفاع از سطح دریا و غیره دارد. دخالت انسان در طبیعت از قبیل کودپاشی، زراعت، برداشت علوفه، مصرف سموم علف‌کش یا حشره‌کش‌های مختلف از عواملی هستند که رشد این قبیل گیاهان را محدود می‌کند. حتی گاهی بر اثر این دخالت‌ها برخی از گیاهان به‌صورت جبران‌ناپذیری در موطن خویش از بین می‌روند. بنابراین برداشت و چیدن گیاهان دارویی در طبیعت مستلزم داشتن اطلاعات کافی برای شناخت گیاهان، رویشگاه و نیز بیولوژی آن‌هاست که مشخص‌کننده بهترین وقت برداشت است.

به غیر از گیاهان سالم نباید گیاه دیگری را چید. گیاه نباید هیچ‌گونه خرابی یا بریدگی داشته باشد و باید به‌خوبی رشد کند و در آغاز فصل خشک شدن، چیده شود. جمع‌آوری باید گونه به گونه صورت بگیرد و هر گونه در سبد یا ظرف‌های کاغذی

جداگانه جمع‌آوری شود. سپس باید عمل آورده شوند و هرچه سریع‌تر، قبل از پلاسیده شدن، خشک شوند.

کشت گیاهان دارویی

نیاز صنعت داروسازی به مواد مؤثرهٔ گیاهان به حدی زیاد است که امکان تأمین آن از طبیعت غیرممکن است. بنابراین بسیاری از این گیاهان باید در مزارع بزرگ کشت شوند.

در این‌جا یک رشته عوامل اساسی باید در نظر گرفته شود تا گیاه کیفیت و میزان مواد مؤثره خود را حفظ کند.

در این قسمت از چند عامل اساسی نام می‌بریم: مهم‌ترین عوامل عبارتند از: انتخاب بهترین گونه و حتی بهترین واریتهٔ آن، به‌کار بردن دقّت کافی در انتخاب بذر، قلمه و غیره، مطالعه و انتخاب ماشین‌آلات لازم برای کشت و برداشت مطابق آنچه در کشاورزی صورت می‌گیرد و طرز صحیح خشک‌کردن آن‌ها. در هنگام کشت گیاه دارویی باید نیازهای طبیعی هرگونه را در نظر گرفت که ذیلاً به طور اجمال به پاره‌ای از آن‌ها اشاره می‌شود:

خاک، آب و هوا: باید طبیعت زمین، مقدار حرارت، نور و آب مورد نیاز گیاه در نظر گرفته شود.

کشت قبلی، حاصلخیزی: تناوب مناسب کشت بر اساس تکنیک‌های کشاورزی و همچنین مقدار صحیح مواد غذایی (ازت، فسفر، پتاس، کلسیم) و میکروالمان و اولیگوالمان مورد نیاز از قبیل (روی، مس، بُر و غیره).

آماده کردن زمین و بذرپاشی: آماده کردن بستر کاشت قبل از بذرپاشی از قبیل: شخم، دندانه‌کشی، کودپاشی، کرت‌بندی و بذرپاشی با فواصل مناسب و آبیاری.

مراقبت‌های زمان داشت: وجین علف‌های هرز به طور مداوم، افزودن کودهای حیوانی یا شیمیایی، جابه جا کردن گیاهان آسیب‌دیده و ناقص.

برداشت: مشخص کردن زمان بهینه، مراحل جمع‌آوری، خشک کردن سریع و تهیهٔ دارو.

طرز تکثیر گیاهان دارویی

گیاهان دارویی از طریق جنسی یا غیرجنسی تکثیر می‌شوند. کشت این گیاهان به مقدار

زیاد اقتصادی‌ترین روش است و باید بذرهای مناسب از انواع انتخاب شده (به دلیل بازده بالا و میانگین بالای مواد مؤثرهٔ آن‌ها) کشت شوند. بذرها باید به طور خطی کاشته شوند و گاهی میان‌چین شده در فواصل بیش‌تری دوباره کاشته شوند. تمام کشت باید بر اساس اصول جاری کشاورزی وجین، آبیاری و کوددهی شود.

گیاهان اغلب از طریق غیرجنسی یعنی قلمهٔ ریزوم و پاجوش (مانند نعناع، توت‌فرنگی) تکثیر می‌شوند. گیاهانی مانند مَرغ و سوسن‌بری از طریق تقسیم ریشه، قلمه و پاجوش تکثیر می‌شوند و بالاخره گیاهانی نظیر خطمی، زنجبیل شامی توسط جوانه‌های نابجای ریشه و سیر به کمک پیاز تکثیر می‌گردند.

در مبارزه با گیاهان هرز، بیماری‌ها و انگل‌ها باید تا حداکثر امکان از به‌کاربردن مواد شیمیایی خودداری کرد، چرا که باقی‌ماندهٔ این مواد ممکن است برای بدن مضر باشد.

روش‌های برداشت، آماده‌سازی، خشک‌کردن و نگهداری گیاهان دارویی

چیدن (بریدن یا شکستن) قسمتی از گیاه (که بهتر است به کمک چاقوی تیز یا اگر آن قسمت چوبی است با قیچی باغبانی انجام شود) در قسمتِ جدا شده باعث پاره‌ای تبدیلات بیولوژیک می‌شود و در نتیجه یاخته‌های گیاهی شروع به ضعیف شدن می‌کنند. جدا شدن قسمت هوایی از ریشه قبل از هر چیز قطع جریان مواد غذایی و تعرقی را باعث می‌شود و جریان آبی که مواد غذایی در آن محلول است و به سمت بالا می‌رود، متوقف می‌شود. در صورتی که گیاه فوراً به صورت ورقه‌های نازک در معرض هوا پهن نشود، خطر گرم شدن آن می‌رود، زیرا آنزیم‌هایی که در گیاه وجود دارند، و قبلاً مواد محرکه را تشکیل می‌داده‌اند، شروع به تجزیه شدن می‌کنند. فعل و انفعالات تخریبی در گیاه جانشین اعمال اصلی سنتز آلی می‌شود و مواد تولید شده از نظر شیمیایی دچار تغییراتی می‌شوند. این تبدیلات به‌وسیلهٔ عواملی مانند بو (در پیاز، سیر، سنبل‌الطیب) تظاهر می‌کنند. از سوی دیگر طریقهٔ غلط خشک کردن گیاه نیز مقدار مواد تخریب شده را که ارزش درمانی ندارند، بالا می‌برد و در نتیجه گیاه کیفیت خود را از دست می‌دهد.

مواد اوّلیهٔ موجود در گیاهان باید به تناسب طبیعت خاص گیاه مورد نظر و کاربرد درمانی آن‌ها با انجام یک رشته اعمال شیمیایی یا مکانیکی عمل آورده شوند. روش‌های آماده کردن گیاه پس از جمع‌آوری و در هنگام آماده کردن آن، با دستورات دقیق مشخص شده‌اند؛ دستوراتی که بر اثر تجربیات طولانی و اندازه‌گیری‌های مقدارِ مواد مؤثرهٔ گیاهان به‌دست آمده‌اند. این دستورات شامل طرز برداشت یا جمع‌آوری، خشک کردن، پوست کندن، خرد کردن، حذف برخی قسمت‌ها، آسیا کردن، الک کردن، کوبیدن، بو دادن (روی آتش گذاشتن) و حتی طرز تخمیر گیاهان می‌گردد. هر کدام از این اعمال برای حفظ و ثابت نگاه داشتن مواد مؤثرهٔ موجود در نوعی گیاه است.

خشک کردن گیاهان دارویی مانند دیگر گیاهان مفید (از قبیل ادویه‌جات و گیاهانی که مصارف صنعتی دارند) باید به‌وسیلهٔ خود تولیدکننده یا جمع‌کنندهٔ آن‌ها انجام شود. زمان جمع‌آوری گیاه در طبیعت یا در مزرعه با توجه به وجود حداکثر مادهٔ مؤثره در گیاه

در طول رشد آن انتخاب می‌شود. معمولاً گیاه جمع‌آوری شده باید هرچه سریع‌تر خشک شود تا از آسیب‌دیدگی در هنگام پژمردگی جلوگیری شود. در اکثر موارد، از روش خشک کردن گیاه زیر نور مستقیم خورشید استفاده نمی‌شود، چراکه نور خورشید مواد اولیه را از بین می‌برد و گیاه به‌سرعت زرد و قهوه‌ای می‌شود. گیاهانی که برای اسانس‌گیری جمع‌آوری می‌شوند، با عمل خشک کردن در نور خورشید، یک سوم و گل گندم و نعناع یک پنجم مواد اولیهٔ خود را از دست می‌دهند. دربرخی موارد توصیه می‌شود قبل از این‌که گیاه به محلی سرپوشیده منتقل شود که دارای جریان هوا باشد و یک هواکش نیز داشته باشد، مدت کوتاهی در نور آفتاب قرار بگیرد.

خشک کردن گیاه به معنای گرفتن تدریجی رطوبت آن است. اغلب قبل از خشک کردن برای زدودن گرد و خاک و آشغال و خاک چسبیده به آن لازم است گیاه به مدت کوتاهی در جریان آب شستشو شود.

اگر خشک کردن برگ‌ها کار نسبتاً آسانی باشد، در مورد ساقه‌ها و سرشاخه‌ها وضع به‌صورت دیگری است. عمل خشک کردن باید آن قدر ادامه یابد تا بتوان گیاه را کوبیده و پودر کرد و قسمت‌های سخت نیز باید در صورت خم شدن به آسانی بشکنند. اگر گیاه بیش از حد خشک شود، ضمن جذب گرد و غبار مقداری از مواد فعّاله موجود در آن نیز از بین می‌رود و برعکس اگر به مقدار کافی خشک نشود و کمی مرطوب باقی بماند، در مدت نگهداری گندیده و خراب می‌شود. تابستان‌ها در یک محل سرپوشیده معمولاً گل‌ها در مدت سه تا هشت روز و برگ‌ها در مدت چهار تا شش روز خشک می‌شوند، امّا در پاییز و بهار باید وقت بیش‌تری برای آن صرف شود. برخی از گیاهان دارویی که به‌خاطر استفاده از میوه‌شان کشت می‌شوند (نظیر انیسون، زیره، رازیانه) یا برای سرشاخه‌هایشان (مانند مرزنگوش و آویشن) را می‌توان ابتدا برای مدتی به حال خود رها نمود. به شرطی که زیر باران یا نور آفتاب قرار نداشته باشند. در کارخانه‌های صنعتی از خشک‌کن‌هایی استفاده می‌شود که حرارت سنج و رطوبت سنج قابل تنظیم و سیستم جریان هوا داشته باشند. برای خشکانیدن گیاه، قرار دادن آن روی منبع حرارت مناسب نیست و بهتر است که از خشک‌کن برقی مجهز به ترموستات استفاده شود.

با وجود این بهترین نتیجه را گرمای طبیعی به دست می‌دهد. در زمستان باید گیاهان را در اتاقی گرم و در تابستان در یک انباری در سایه و در محلی که هوا جریان داشته

باشد، بگذارید. قسمت‌های گیاه را به‌صورت قشری نازک روی یک سبد چوبی که قبلاً میوه یا سبزیجات در آن بوده بگسترانید. چون ته این سبدها مشبک است امکان جریان هوا در آن هست، که این خود یک امتیاز به‌شمار می‌رود. این سبدها را ضمناً مـی‌توان روی هم نیز قرار داد. اگر می‌خواهید بیش از مقدار مصرف خانواده گیاه خشک نمایید، می‌توانید از روش قفسه‌بندی استفاده کنید، به‌شکلی که بتوان بر حسب نیاز در مـدت خشک کردن این مواد را برگرداند و به قسمت‌های مختلف آن هوا رساند.

خشک کردن گیاهان روی زمین به هیچ وجه روش مناسبی نیست و زیر آن‌ها نـباید روزنامه پهن نمود، بلکه باید از کاغذ سفید و کاملاً تمیز استفاده کرد.

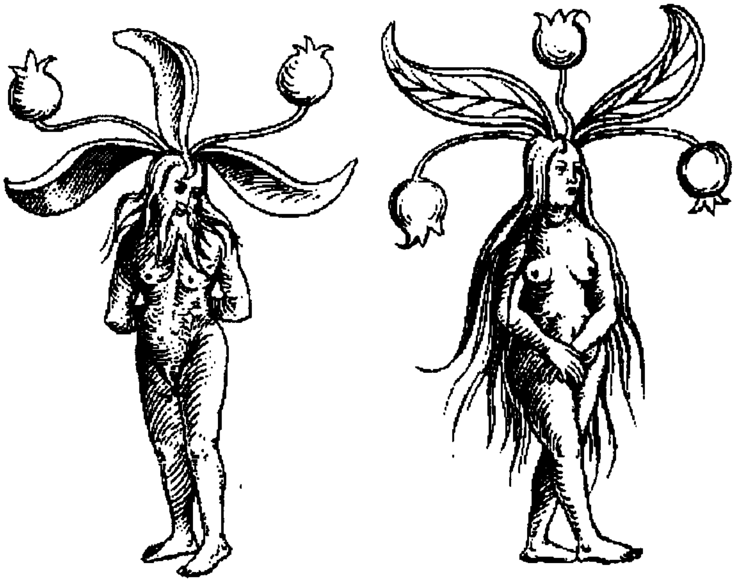
گیاهان کامل را می‌توان به‌صورت بسته یا دسته آویزان کرد به شکلی که گل به طرف پایین و در هوای آزاد مثلاً در کنار پنجره قرار بگیرد. از ایـن روش بـرای خشک کـردن گل‌های تزیینی برای ساختن دسته‌های خشک (گیاهان، خارها، گیاهانی با گل‌های بادوام و گیاهانی با گل‌های غشائی) نیز استفاده می‌شود.

از گل‌هایی که باید رنگ اوّلیهٔ خود را حفظ کنند، مراقبت‌های خاصی به عمل می‌آید (نظیر بنگ سفید). برای خشک کردن دانه‌ها و میوه‌هایی کـه آب کـمی داشـته بـاشند، اشکال چندانی به وجود نمی‌آید.

هر نوع گیاهی باید جداگانه خشک شود تا در شناسایی آن‌ها اشکالی ایجاد نشود. پس از خشک کردن نیز باید به انبار کردن آن‌ها توجه کافی مبذول کرد.

این کار بستگی به نوع مواد مؤثره موجود در گیاه دارد. همهٔ داروها باید به صورت خشک در تاریکی و در ظروف بسـته یـا در جـعبه‌های مـقوایـی یـا بسـته‌های کـاغذی به صورت موقت نگهداری شوند و در صورتی که مقدار آن‌ها زیاد باشد، از کیسه‌های کتانی که دور از نور و رطوبت قرار داشته باشد، استفاده می‌کنند. به‌هیچ وجه نباید از مـواد پـلاستیکی در بسـته‌بندی اسـتفاده کـرد. در انـبارهای بـزرگ مـعمولاً گـیاهان در کیسه‌های کاغذی یا کنفی، در صندوقچه‌های چوبی که با ورقه‌های کـاغذ سـولفوریزه پوشانده شده‌اند یا در جعبه‌های فلزی بر حسب نوع دارو نگاه‌داری می‌شوند.

برخی از این داروها در برابر رطوبت هوا بسیار حساس هستند و به همین دلیل هم باید منحصراً در ظروف شـیشه‌ای قـهوه‌ای و بـا درپـوش‌های مـحتوی سـنگ سـمباده نگهداری شوند (هر سال باید این داروها را عوض کرد حتی اگر تماماً مورد استفاده قرار



ریشهٔ دوکی‌شکل مهرگیاه *(Mandragra officinalium)* شکل بدن انسان را به یاد می‌آورد. مهرگیاه محتوی آلکالوئیدهای مشتق از تروپان با اثر تخدیرکننده است و در قرون وسطی از گیاهان سحرآمیز و دارویی به‌شمار می‌رفت. چنین تصور می‌شد که این گیاه قادر است از مالک خود در برابر ارواح خبیثه محافظت کند و برای وی موفقیت و خوشبختی به ارمغان بیاورد.

نگرفته باشند). همین روش‌ها برای نگهداری ادویه‌جات نیز به‌کار می‌روند. در میان گیاهان ظریف می‌توان مثلاً از گل بنگ سفید که به سرعت رطوبت را جذب می‌کند و به رنگ قهوه‌ای درمی‌آید یا از ریشهٔ جعفری، سنبل خطایی، خطمی، سرخس و غیره نام برد.

قسمت‌های دیگری از گیاهان نیز وجود دارند که به نور بسیار حساسند (ریشهٔ ریوند، دانه‌های گل حضرتی، غده‌های رازک). گیاهانی را که اسانس‌های روغنی دارند باید به طرز خاصی عمل آورد. قسمت‌های بیرون از خاک این گیاهان را نه در زمان خشک کردن قطع می‌کنند و نه پس از آن، زیرا اسانس آن از بین می‌رود. این نوع گیاهان را نیز بیش از یک سال نمی‌توان نگاه داشت. در مورد ذخیره کردن گیاهان دارویی که مواد اولیه داروها از آن‌ها تهیه می‌شود باید توجه خاصی مبذول داشت (نظیر زنگ گندم، گل انگشتانه، شاه بلوط).

با توجه به ظرافت زیاد آن‌ها اغلب باید وضعیت گیاهان نگهداری شده به دقت مورد بررسی قرار گیرد تا رطوبت، کپک و حشرات که باعث از بین رفتن ارزش دارویی آن‌ها می‌شوند، گیاه را از بین نبرند. در بارهٔ هر گیاه توضیحات و توصیه‌هایی تکنولوژیکی برای حفظ آن ارائه داده‌ایم.

ریشه و ریزوم: ریشه قسمت زیرزمینی گیاه را تشکیل می‌دهد. ریشه‌ها در اشکال مختلف از قبیل ریشهٔ ساده یا منشعب، مخروطی، استوانه‌ای، کلافی و غیره یافت می‌شوند. ریزوم نوعی ساقهٔ خزنده زیرزمینی است که تولید ریشه‌های نابجا می‌کند، مانند زنبق. ریشه و ریزوم را در دورهٔ خواب گیاه یعنی در هنگامی که بیش‌ترین مقدار مواد مؤثره در آن موجود است جمع‌آوری می‌کنند. گاهی این کار در بهار نیز انجام می‌گیرد. بهترین هنگام برای جمع‌آوری ریشه و ریزوم گیاهان دائمی حدود سال‌های دوّم و سوم و در مورد گیاهان دوساله پاییز اولین سال است. هنگام جمع‌آوری گیاهان کمیاب همیشه یک قسمت از ریشه را در خاک رها می‌کنیم تا شاید دوباره سبز شود. ریشه و ریزوم را قبل از خشکاندن باید سریعاً و به مدت کوتاهی با آب جاری شست تا گرد وخاک، قسمت‌های آسیب دیده و دیگر مواد زائد آن پاک شود. پاک کردن با برس یا وسایل دیگر توصیه نمی‌شود، زیرا به‌عنوان مثال سنبل‌الطیب سلول‌های سطحی آن سرشار از اسانس روغنی است و پاک کردن با برس اسانس‌های روغنی را از بین می‌برد.

ریشه‌های نازک با حرارت طبیعی خشک می‌شوند، امّا ریشه‌های کلفت را به‌صورت طولی می‌برند و به عنوان مکمل از خشک‌کن برای جذب رطوبت و خشکاندن استفاده می‌کنند تا سخت شود و موقع خم کردن به‌راحتی شکسته شود. در هنگام انبار کردن آن‌ها باید دقت کرد تا حشرات در میان آن‌ها نباشند.

پوست بعضی از ریشه و ریزوم‌ها را باید کند و نوعی حالت تخمیری به آن‌ها داد، مانند: زنبق، ریوند، جنتیانا و خطمی.

سرشاخه: منظور قسمت انتهایی ساقه است که برگ یا برگ و گل دارد و باید با چاقو یا قیچی باغبانی چیده شود. به هیچ وجه نباید اندام‌های گیاه را با دست چید، زیرا این نوع شکستگی، همان طور که قبلاً نیز گفته شد، سبب آسیب‌دیدگی می‌شود. برای این که گیاه بتواند در سال بعد دوباره رشد کند، ریشه یا قسمتی از آن را باید در خاک باقی گذاشت. به طور کلی قسمت‌های قابل برداشت اندام‌های جوان و تازهٔ آن‌هاست. در گیاهان بزرگ





دو نمونهٔ مختلف با اشکال متفاوت: برگ سادهٔ بید و برگ مرکّب اقاقیا.

سرشاخه‌های قنطریون (*centaurium erythraea*) صغیر سرشار از مواد مؤثرهٔ تلخ هستند که از آن‌ها در ترکیبات بسیاری از تنطورها و جوشانده‌های محرک هاضمه استفاده می‌شود.

فقط قسمت بالایی شاخه به طول بیست تا سی سانتی‌متر مورد استفاده قرار می‌گیرد، زیرا قسمت‌های پایین‌تر غالباً چوبی شده و دارای برگ‌های زردتری هستند. گیاهانی که روی زمین خوابیده یا خزنده باشند، باید به مدت بسیار کوتاهی با آب شسته شوند تا مواد زائد روی آن‌ها زدوده شود.

برگ: برگ‌ها اندام تنفسی گیاه هستند که روی شاخه به صورت یک‌شکل می‌رویند. برگ‌ها از یک پهنک، یک دم (دمبرگ) و احتمالاً یک غلاف تشکیل می‌شوند.

پهنک اشکال مختلفی از قبیلِ خطی، بیضی، سرنیزه‌ای، قلبی، پیکانی، و غیره دارد و ممکن است ساده یا مرکب باشد. برگ‌ها باید در زمان آغاز گل دادن گیاه جمع‌آوری شوند. در این هنگام آن‌ها سرشار از مواد مؤثره هستند. برای این‌که گیاه یکباره عاری از برگ نشود و صدمه نبیند، نباید همهٔ برگ‌های آن را چید. برگ‌های جمع‌آوری شده باید جوان، شاداب، سالم و عاری از علایم بیماری یا آفت باشند و باید از تلمبار کردن و مچاله کردن آن‌ها در سبد یا ساک خودداری کرد.

برگ گیاهانی از قبیل بارهنگ، پنیرک، انگور فرنگی سیاه، خطمی و توت‌فرنگی در

صورت تلمبار شدن روی هم به‌آسانی شروع به گرم شدن می‌کنند و برگ‌های گل انگشتانه در صورت مچاله شدن گلوکوزید خود را از دست می‌دهند. برای این‌که از این پیش‌آمدها جلوگیری شود، لازم است که گیاهان را به صورت لایه‌های نازک پهن و خشک کنند. در مورد گیاهان اسانس‌دار باید از قرار دادن آن‌ها در برابر نور مستقیم خورشید یا حرارت‌های مصنوعی بالاتر از ۳۵ درجه سانتیگراد اجتناب کرد.

گل: گل‌ها برگ‌های شکل یافته‌ای هستند که روی یک شاخهٔ کوتاه جای گرفته‌اند، گل‌ها ممکن است به صورت ساده یا گل‌آذینی به شکل خوشه‌ای، چتری، محوری، سنبله‌ای، انتهایی و غیره باشند. بهترین زمان جمع‌آوری گل‌ها هوای خشک و هنگام ظهر است که گل‌ها کاملاً باز شده باشند. صبح‌ها و هوای مرطوب برای این کار مناسب نیست. گاهی جمع‌آوری محدود به قسمت‌هایی از گل می‌شود (گلبرگ پنیرک، خشخاش). گل‌ها با دست یا باکمک یک شانه (مانند بابونه) چیده می‌شوند، آن‌ها بسیار آسیب‌پذیرند. برای حمل و ذخیره کردن هرگز نباید از وسایل پلاستیکی غیرقابل نفوذ نسبت به هوا استفاده کرد. از نقطه نظر بیوشیمی گل‌ها نسبت به اثرات محیط اطراف خود حساس و آسیب‌پذیرند و ضمناً در مرحلهٔ خشک کردن باید رنگ اوّلیهٔ خود را حفظ کنند. هنگامی که به مدت طولانی انبار شوند، قهوه‌ای می‌شوند و عطر آن‌ها تغییر می‌کند. که در آن صورت باید آن‌ها را فوراً با مواد تازه تعویض کرد.

از گیاه تا دارو

گیاه تازه و زنده که دارای مواد دارویی است به نام گیاه مادر شناخته می‌شود. در این حالت گیاه دقیقاً یک دارو نیست و به صورت دارو نیز در نخواهد آمد مگر آن‌که اعمالی که برایتان توضیح دادیم خصوصاً در مورد خشک شدن روی آن انجام شود. امروزه کارهایی از قبیل خرد کردن، آسیا کردن، الک کردن، مخلوط کردن گیاهان به صورت مکانیزه در کارخانه‌های داروسازی انجام می‌شود و تنها عمل دستی که نیاز بسیاری به تمرین و تجربه نیز دارد، کندن پوست برخی از قسمت‌های گیاه است؛ مانند ریشهٔ ریوند، خطمی و غیره.

گیاهان دارویی خشک شده یا قسمت‌های مورد استفادهٔ آن‌ها را داروی گیاهی می‌نامند. بر حسب قسمتی از گیاه که این داروها از آن حاصل می‌شوند به آن‌ها نام‌های لاتین به شرح زیر داده شده است:

سرشاخه: *herba*
ساقه (تنها): *caulis*
دانه: *semen*
تارهای غده‌ای: *glandulae*
اسپور: *sporae*
ریشه: *radix*
ریزوم (ساقهٔ زیرزمینی): *rhizoma*
غده: *tuber*
پیاز: *bulbus*
پوست میوه: *pericarpium*
دمگل: *pedoncule*

قسمت جوان انتهای ساقه: *sommitates*
جوانه: *gemma*
برگ: *folium*
چوب: *lignum*
پوست: *cortex*
گل: *flos*
کلاله: *stigma*
میوه: *fructus*
دانهٔ سبزیجات: *faba*
سته: *bacca*

درکنار این قسمت‌ها شیره و عصاره *(succus)*، رزین‌ها *(resinae)*، صمغ - رزین‌ها *(gummiresinae)* و بلسان *(balsamum)* نیز برداشت می‌شوند.

نام داروها نیز برخی مواقع طرز تهیه و یا عمل آوردن آن‌ها را نیز مشخص می‌کند:

طبیعی: *naturalis*
بریده: *concissa*

پوست کنده: *mundata*
پودر: *pulvis*

گیاه‌شناسی فارماکولوژی[1] ضمن این‌که در بارهٔ شناسایی گیاهان دارویی و تعیین گونه و جنس آن‌ها بحث می‌کند، رشتهٔ خاص دیگری به نام فارماکونوزی[2] دارد که خود داروها را مورد مطالعه قرار می‌دهد و این رشته داروها، وضعیت آن‌ها و ساختمان میکروسکپی آن‌ها را تشریح می‌کند که به مقدار زیادی کیفیت داروها را مشخص و هویت آن‌ها را چه شناخته و چه ناشناخته تعیین می‌نماید.

اطلس‌های میکروسکپی داروهای مورد مصرف قسمت مهمی از مطالعات داروسازی را تشکیل می‌دهد. اطلس‌ها برای شناساندن این تولیدات از نقطه نظر فرمول بیوشیمی آن‌ها به داروسازان برای تولید مواد مؤثر ضروری است.

1. Pharmaco Botanique
2. pharmacognosie

مواد مؤثره گیاهان دارویی

پس از انجام یک سلسله تبدیلات تکنولوژیک که گیاه دارویی را به داروی گیاهی مبدل می‌سازد، این دارو محتوی مواد مختلفی است که اکثر آن‌ها روی بدن انسان تأثیر می‌گذارند. رشته‌ای که به بررسی این مواد (ساختمان و وضعیت آن‌ها در گیاه، تغییرات و سیستم تبدیل آن‌ها که در طول زندگی گیاه، تهیهٔ داروهای گیاهی و سپس در طول مدت انبار شدن آن ایجاد می‌شود) می‌پردازد، فیتوشیمی[1] (شیمی گیاهی) نامیده می‌شود. شیمی گیاهی در ارتباط تنگاتنگ با فارماکولوژی (مطالعهٔ تأثیرات مواد دارویی بر بدن انسان، مکانیسم و سرعت تأثیر آن، جذب و دفع و موارد مصرف آن‌ها یعنی کاربردشان علیه بیماری) است. فارماکولوژی نیز به نوبهٔ خود همکاری نزدیکی با پزشکی بالینی دارد.

مواد مؤثره گیاهان دارویی دو نوع هستند: اول مواد حاصل از سوخت و ساز[2] اوّلیه (اساساً ساکارید) یا مواد مورد نیاز و حیاتی، که در همهٔ گیاهان سبز با عمل فتوسنتز به‌وجود می‌آیند. نوع دوم مواد حاصل از سوخت و ساز ثانویه که در اثر جذب ازت توسط گیاه تولید می‌شوند. این تولیدات ظاهراً اغلب برای گیاه بدون فایده هستند، ولی برعکس اثرات درمانی آن‌ها قابل توجه است. منظور از این ترکیبات اسانس‌های روغنی (یا اسانس طبیعی)، رزین‌ها و آلکالوئیدهای مختلف نظیر تریاک است.

عموماً این مواد در حالت طبیعی به طور خالص یافت نمی‌شوند و به حالت ترکیب با عناصر دیگری همراهند که به صورت مکمل اثرات آن‌ها را تقویت می‌کنند. با این حال حتی اگر گیاه دارویی فقط یک مادهٔ فعال داشته باشد باز اثر آن روی بدن انسان مفیدتر از همان ماده در حالت به‌دست آمده از سنتز شیمیایی است.

این خاصیت، ارجحیت گیاه‌درمانی یا استفاده از داروهایی را که ریشهٔ گیاهی دارند به ثبوت می‌رساند. در این‌جا مادهٔ مؤثر تنها یک ترکیب شیمیایی نیست، بلکه دارای تعادل فیزیولوژیک است که بدن آن را بهتر تحمّل می‌کند و اثرات جانبی نیز برجای نمی‌گذارد که دلیل خوبی است بر ارجح بودن طب طبیعی.

در این مورد می‌توان تریاک را که شیرهٔ خشک شدهٔ گرز خشخاش است نام برد که

1. Phytochimie 2. Metabolism

علاوه بر تعداد زیادی از مواد مختلف، تعداد قابل توجهی از آلکالوئیدهای مهم نیز در آن موجود است. هر آلکالوئید را که از دیگر عناصر جدا کنیم، اثری کاملاً متفاوت از مجموع تریاک دارد و آثار خاص مربوط به خود را بر بدن انسان ظاهر می‌سازد (اثرات فارماکولوژیک). گیاه دیژیتال[1] (گل انگشتانه) نیز به همین صورت است.

در حال حاضر روش‌های مدرنی وجود دارند که امکان می‌دهند عناصر موجود در گیاهان کشف شوند. در مرحلهٔ اول مطالعات میکروسکپی روی ساختمان آناتومی و شکل ظاهری گیاه (اطلس میکروسکپی گیاهان دارویی) انجام می‌شود. سپس روش‌های فیزیکی از قبیل میکروسوبلیماسیون[2] که شامل گرم کردن مقادیر کم دارو و جمع‌آوری بخارهای متصاعدشده روی شیشه‌های مخصوص است که بعداً با تجزیهٔ شیمیایی به جداسازی عناصر اقدام می‌شود. برخی مواد نیز از طریق نور فلورسنتی که تحت تابش یک لامپ جیوه‌ای از خود منتشر می‌کنند، مورد شناسایی قرار می‌گیرند.

و بالاخره از طریق تکنیک‌های کمّی و کیفی شیمیایی وجود برخی عناصر در گیاه بررسی می‌شود. این روش‌ها در مقالات تخصصی که پاسخگوی معیارهای موجود در سطح ملی و انتظاراتی که از کیفیت گیاهان طبی می‌رود، مطرح می‌شود.

از نظر علم شیمی، نوع و جنس دارو به وسیلهٔ مقدار مواد موجود در گروه‌های اصلی نظیر: آلکالوئیدها، گلوکوزیدها، ساپونین‌ها، عوامل تلخ، تانن‌ها، مواد معطر، اسانس‌های روغنی و ترپن‌ها، روغن‌های چرب، گلوکوکنین،[3] موسیلاژهای گیاهی، هورمون‌ها و مواد ضدعفونی‌کننده گیاهی که از مهم‌ترین مواد هستند بررسی می‌شود.

آلکالوئیدها

آلکالوئیدها ترکیبات پیچیدهٔ ازت‌دار هستند. و نوع بازی آن‌ها معمولاً اثرات قوی فیزیولوژیک دارد. ضمناً آن‌ها اکثراً سموم گیاهی بسیار مؤثر و دارای اثرات خاصی نیز هستند.

در طب غالباً از نوع خالص آن استفاده شده و ارزش واقعی آن فقط به دست پزشکی ماهر پدیدار می‌گردد.

آلکالوئیدها را بر حسب ترکیبات شیمیایی و خصوصاً ساختمان مولکولی آن‌ها در

1. Dejital 2. Microsublimation 3. Glucoquinines

چندین دسته و گروه تقسیم‌بندی می‌کنند. در بخش تفصیلی به گیاهانی بر خواهیم خورد که محتوی عناصر زیر هستند:

الف) فنیل آلانین[۱]: کاپسائیسین[۲] در فلفل، کلشیسین[۳] در ارکیده.

ب) آلکالوئید ایزوکینولئیک[۴]: مرفین، اتیل مرفین، کدئین، و پاپاورین[۵] که در تریاک موجود است و آلکالوئیدهای ایندولیک[۶]: ارگومترین، اِرگوتامین، ارگوتوکسین[۷] از زنگ غلات.

ج) آلکالوئیدهای کینولئیک[۸]: شاخهٔ برگ‌دار سداب معمولی.

د) آلکالوئیدهای پیریدیک و پیپریدیک: ریسینین در کرچک، تری‌گونلین در شنبلیله، کونین[۹] (سم خطرناک) در شوکران کبیر.

ه) آلکالوئیدهای مشتق از تروپان: اسکوپولامین و آتروپین[۱۰] در بلاّدون.

و) آلکالوئیدهای استروئید[۱۱]: ریشهٔ بنفشهٔ معطر، تاج‌الملوک (آکونیتین[۱۲] به‌عنوان مثال).

گلوکوزیدها

گلوکوزیدها از سوخت و ساز ثانویهٔ گیاهان به دست می‌آیند و از دو قسمت تشکیل شده‌اند. یک قسمت آن مانند گلوکز محتوی قند و در اکثر موارد غیرفعال است و اثر مناسبی روی حلال بودن گلوکوزید و جذب آن و حتی انتقال آن از یک عضو به عضو دیگر دارد. اثر درمانی مربوط به قسمت دوّم است که به آن اگلیکن (یا اگلوکن)[۱۳] گفته می‌شود. برحسب ترکیبات گلوکوزیدها را به چندین گروه تقسیم می‌کنند:

الف): تیوگلوکوزیدها[۱۴]: حاوی گوگرد که به طور آلی به آن متصل و مثلاً به وسیلهٔ خانوادهٔ کلم *(brassicacées)* مشخص می‌شوند. آن‌ها به همراه یک آنزیم، میروزیناز

1. Phenylalanines 2. Capsaïcine 3. Colchicine 4. Isoquinoléiques
5. Papaverine 6. Indolique 7. Ergometrine, Ergotamine, Ergotoxine
8. Alcoïdes Quinoléiques
9. Pyridiques et Pipéridiques, Ricinine, Trigonelline, Conine.
10. Scopolamine , Atropine. 11. Stéroïdes 12. Aconitine
13. Aglycone (Aglucone) 14. Thioglucosides

که اثرش تجزیهٔ آن‌ها به گلوکز و ایزوتیوسیانات‌های سی‌نه‌وول‌ها[1] (خردل، دانه‌های خردل سفید یا سیاه‌دانهٔ گیاه‌لادن) است.

ب) گلوکوزیدهای مشتق از اسید سیانیدریک[2]، که از ترکیبات سیانیدریک متصل به یک قند تشکیل می‌شود. با تأثیر آنزیم آن‌ها تجزیه (اغلب در آب دهان انسان) و به اسید سیانیدریک آزاد که یک نوع سم است تبدیل می‌شود (بادام‌های تلخ، گل آقطی سیاه و آلو و برگ‌های گیلاس).

ج) گلوکوزیدهای آنتراکینونیک[3] در اکثر موارد پیگمان‌های شفافی هستند که به‌آسانی مورد اشتباه قرار می‌گیرند. آن‌ها شش تا هشت ساعت پس از جذب اثر ملین دارند (ساقهٔ زیرزمینی ریوند).

د) کاردیوگلوکوزیدها[4] (گلوکوزیدهای دیژیتال) که مواد بسیار مهمی هستند و به مقدار کمی فعالیت قلب را تنظیم می‌کنند. برحسب ساختمان شیمیایی آن‌ها را به کاردنولیدها: گل انگشتانه، موگه و آدونیس و بوفادینول‌ها[5] (ریشهٔ هلبور) تقسیم می‌کنند.

هـ) گلوکوزیدهای فنلیک[6] که متعلق به گروه عناصری هستند که اثرات و در بیش‌تر موارد عطر خاصی نیز دارند. به همین دلیل برخی مواقع آن‌ها را در میان عناصر معطر طبقه‌بندی می‌کنند (مشتقات سالیسیلیک[7] موجود در پوست درخت بید، ریش بز و جوانه‌های صنوبر آربوتین و متیل آربوتین[8] موجود در بوسرول، مورد و خزه).

ساپونین‌ها[9]

ساپونین‌ها در بسیاری از گیاهان دارویی وجود دارند. از نظر علم شیمی به‌وسیلهٔ ریشهٔ گلوزیدیک (گلوکز، گلکتوز) که متصل به ریشهٔ اگلیکون است مشخص می‌شوند. خاصیت اصلی فیزیکی آن‌ها کاهش شدید فشار سطحی آب است.

تمام ساپونین‌ها کف زیادی دارند و از پاک‌کننده‌های عالی هستند. آن‌ها یک خاصیت دیگر نیز دارند که عبارت از توانایی همولیز کردن گلبول‌های قرمز[10] است به این ترتیب

1. Sénevols 2. Cyanhydrique 3. Anthra Quinoniques
4. Cardio Glucoside 5. Bufadiénols 6. Phénoliques 7. Salicyliques
8. Arbutine, Méthylarbutine 9. Saponines 10. Érythrocytes

که هموگلوبین موجود در آن‌ها را آزاد می‌سازند و این چیزی است که غیرقابل مصرف بودن برخی از آن‌ها را به علت سمی بودنشان توجیه می‌کند.

ساپونین‌ها مخاط را تحریک می‌کنند و سبب شل شدن مخاط روده می‌شوند و همراه با مصرف گیاهانی نظیر بنگ سفید، ریشهٔ شیرین‌بیان و چوبک باعث افزایش ترشحات شش‌ها یا به عبارتی خلط‌آور (اکسپکتورانت) می‌شوند. از آن‌ها به عنوان مسهل و ضدعفونی‌کننده مجاری ادرار (برگ درخت زبان گنجشک، ریشهٔ آنونین خاردار) نیز استفاده می‌شود. ریشهٔ معروف جین‌سینگ[1] که در چین، کره، مناطق خاوردور و روسیه یافت می‌شود نیز سرشار از ساپونین است.

مواد تلخ[2]

این مواد تلخ‌مزه‌اند و ضمن تحریک اشتها ترشح شیرهٔ معده را نیز زیاد می‌کنند. فارماکولوژی این مواد را مواد تلخ موجود در گیاهان ترپنیک[3] می‌نامد که باعث آزاد شدن آزولن،[4] و همچنین گلوکوزیدهایی با ساختمان‌های مختلف بیوشیمیایی می‌شوند. به‌عنوان مثال اوّلین گروه شامل عصاره‌های تلخ افسنتین و بادآورد می‌شوند. گروه دوّم که بسیار معمول‌ترند، شامل عصاره گیاهان خانواده جنتیاناسا،[5] گل گندمیان و غیره می‌شود.

تانن‌ها[6]

این مواد که دارای ترکیبات شیمیایی مختلفی هستند، خاصیتی مشترک دارند و آن این است که توانایی انعقاد آلبومین‌ها، فلزات سنگین و آلکالوئیدها را دارند. آن‌ها در آب محلول هستند و استفاده طبی از آن‌ها اساساً به سبب خاصیت قابض بودنشان است. خاصیت انعقاد آلبومین‌های مخاطی و بافتی، اثراتی از قبیل کاهش تحریکات و درد و متوقف نمودن خونریزی‌های کوچک را دارد.

جوشانده و سایر حالات داروهایی که سرشار از تانن هستند، در اکثر موارد به‌صورت مصارف خارجی علیه تورم حفرهٔ دهانی، زکام، برونشیت، خونریزی موضعی،

1. Ginseng 2. Principes Amers (Amara) 3. Terpeniques 4. Azuléne
5. Gentianacées 6. Tanins

روی سوختگی و ورم حاصل از سرمازدگی، زخم، تورّم پوستی، بواسیر و تعرق بیش از حد به‌کار برده می‌شوند.

در مصارف داخلی نیز در موارد زکام معده‌ای، اسهال، عفونت‌های مثانه و همچنین به عنوان آنتی‌دوت[1] (پادزهر) در هنگام مسمومیت با آلکالوئیدهای گیاهی به‌کار می‌روند.

اسیدتانیک که از پینه‌های درخت بلوط (مازو) به‌دست می‌آید اغلب در داروسازی مورد استفاده بوده است و برای تهیهٔ آن از پوست درخت بلوط، برگ گردو، برگ و میوهٔ مورد، برگ تمشک و غیره استفاده می‌شود.

مواد معطّر[2]

در این گروه موادی وجود دارند که به مقدار فراوان در داروهای گیاهی یافت می‌شوند و ترکیبات و اثرات آن‌ها غالباً بسیار متفاوت است. آن‌ها ممکن است همراه با دیگر مواد مؤثره در گیاه وجود داشته باشند. مشخصاً در این گروه است که می‌توانیم گلوکوزیدهای فنولیک یا مشتقات فنیل پروپان نظیر کومارین با عطر مخصوص به خود را پیدا کنیم. شاخه‌های برگدار یونجه زرد و آسپرول معطر نیز سرشار از کومارین[3] هستند.

هیدروکسی کومارین[4] خواص دارویی نیز دارد. اسکولین[5] که در پوست درخت شاه‌بلوط هندی وجود دارد، همان اثری را داراست که ویتامین P دارد. به این معنی که مقاومت عروق خونی را بالا می‌برد و بنابراین در درمان بواسیر واریس‌مانند (روتین)[6] مؤثر است. علاوه بر این اشعهٔ ماوراءبنفش را جذب می‌نماید (فیلترهای خورشیدی، کرم، محافظ). پوست گیاه ویورن نیز محتوی هیدروکسی کومارین است.

آنژلیک یا سنبل خطایی محتوی فوروکومارین[7] است. گروه دوم مواد معطّر از تغلیظ ملکول‌های اسید استیک فعال (استوژنین‌ها) به دست می‌آیند. فلاونوئیدها[8] و فنولیک‌ها به این گروه تعلق دارند که از لحاظ اثرات درمانی بسیار مهم هستند و مانند اسکولین اثر خوبی بر دیوارهٔ مویرگ‌ها دارد. روتین از گیاه سداب و به مقدار بیش‌تر از گندم سیاه و سوفورا گرفته می‌شود.

1. Antidote 2. Substances Aromatiques 3. Coumarine
4. Hydroxy coumarine 5. Esculine 6. Rutine 7. Furocoumarine
8. Flavonoïdes

برگ‌ها و گل‌های آلیچ و میوهٔ همین درختچه از داروهایی است که در آن فلاونوئید وجود دارد و به وفور مورد مصرف قرار می‌گیرد.

یک داروی مهم دیگر چه در طب رسمی و چه در طب سنتی که علاوه بر مواد فلاونوئید مقدار زیادی از سایر مواد نیز در آن موجود است، گل یا میوهٔ آقطی سیاه است.

گل زیزفون نیز داروی خوبی است که همه آن را به خوبی می‌شناسند. در این‌جا باید از شاخه‌های برگدار هوفاریقون، همیشه بهار و آنته‌نر[1] یاد کنیم. گیاه خارعلیص که سرشار از مواد مهم گروه فلاولینان و برای درمان بیماری‌های کبد و هپاتیت‌ها[2] مؤثر است مدتی است مورد توجه خاص و مطالعه قرارگرفته است.

مواد مؤثره شاهدانه، نفتوکینون[3] موجود در برگ درخت گردو و ترکیبات موجود در دروزرا نیز به گروه مواد معطّر تعلق دارند.

اسانس‌های روغنی (اسانس‌های طبیعی) و ترپن‌ها[4]

اسانس‌های روغنی مایعات فرّار، منعکس‌کنندهٔ نور، از نظر نوری فعال، شبیه به روغن‌ها با عطری کاملاً اختصاصی هستند و در بسیاری از گیاهان تولیدات فرعی متابولیسم ثانوی را تشکیل می‌دهند.

در هوای گرم و آفتابی و پایدار، گیاهان بیش‌ترین اسانس را در خود دارند و این بهترین هنگام برای چیدن آن‌هاست. از سوی دیگر این روغن‌ها در برخی از بافت‌ها در مرکز سلول یا در محل ذخیره اسانس‌ها زیر پوشش کرکی، غده‌های کوچک یا در فضای میان سلول‌ها جمع می‌شوند. با کنترل میکروسکپی کیفیت روغن‌ها درمی‌یابیم که این سلول‌ها تشکیلات خاصی دارند.

آن‌ها را از گیاهان تازه یا خشک به وسیلهٔ تقطیر با بخار آب، استخراج ساده یا دیگر روش‌ها (فشار، جذب آن‌ها روی چربی‌ها در عطرسازی‌ها و غیره) می‌گیرند.

از نقطه نظر شیمیایی ترکیبات بسیار پیچیده‌ای هستند. در پزشکی اغلب از موادی که از اسانس‌های روغنی گرفته می‌شود (از قبیل نعناع، کافور) استفاده می‌گردد.

1. Antennaire 2. Hépatite 3. Naphtoquinones
4. Les Huiles Essentielles (Essenes Naturelles) et Les Terpénes.

مصرف دارویی اسانس‌های روغنی بر اساس خواص فیزیولوژیکی آن‌ها مانند مزه، اثر محرکهٔ آن‌ها روی پوست و مخاط، خاصیت ضدعفونی‌کننده و ضدباکتری بودن آن‌ها استوار است. اسانس انیسون، زیره و غیره اغلب به‌عنوان خلط‌آور (اکسپکتورانت) به‌کار می‌رود. زیرا آن‌ها از طریق ریه دفع می‌شوند و بنابراین مستقیماً مجاری تنفسی را ضدعفونی و مخاط را آزاد می‌کنند. از دیگر موارد استفاده از آن‌ها می‌توان از غرغره، بخور و قطره‌های بینی نام برد. جذب آن‌ها برای هضم غذا مفید است و از آن‌ها برای تقویت معده، دفع صفرا و دافع باد نیز استفاده می‌شود. اکثر گیاهان اسانس‌دار به‌عنوان گیاهان معطر مورد استفاده قرار می‌گیرند (زیره، رازیانه، انیسون، مرزنگوش، سوسن‌بری، آویشن، پونه).

از اثر تحریک‌آمیز اسانس‌ها برای مصرف خارجی علیه روماتیسم استفاده می‌شود. مرهم‌ها یا محتوی موادی هستند که از اسانس‌ها استخراج می‌شود (نظیر مانتول، کافور) یا حاوی خود اسانس‌ها (نظیر اسانس نعناع، اکلیل کوهی، اسطوخودوس و تربانتین[1]) و در اکثر موارد مخلوطی از همهٔ این مواد هستند.

اسانس‌های طبیعی باید همانند گیاهانی که حاوی آن‌ها هستند، در ظروف کاملاً بسته و دور از نور نگهداری شوند. آن‌ها در نور و در معرض هوا بسیار سریع اکسیده، پلیمریزه[2] و به رزین[3] تبدیل شده عطر و خواص خود را از دست می‌دهند.

از بین اسانس‌های طبیعی فراوانی که در داروهای مختلف وجود دارند، اسانس چند گیاه را نام می‌بریم: اسانس بادرنجبویه، رازیانه، اسطوخودوس، نعناع، و مانتول که از آن گرفته می‌شود، اسانس پونه و تیمول گرفته شده از آن و نیز کارواکرول مشتق از آن‌که ضدعفونی‌کنندهٔ بسیار خوبی است.

اسانس‌های روغنی خصوصاً از ترپن تشکیل شده‌اند که ماده‌ای فرّار و غالباً آمیخته به مواد دیگر است. بارهنگ نیز مقدار زیادی ترپن در خود دارد.

روغن‌های چرب[4]

منظور از روغن‌های چرب، روغن‌های گیاهی است که در حرارت محیط به‌صورت مایع

1. Térébenthine 2. Polymérisée 3. Résine 4. Huiles Grasses

هستند و در سرما منجمد می‌شوند. غیرمحلول در آب بوده، امّا در حلاّل‌های آلی نظیر کلروفرم، آستون محلول هستند. از بین روغن‌های غیرخشک شونده، روغن زیتون و بادام و از میان روغن‌های نیمه خشک شونده روغن آراشید، آفتاب‌گردان و کولزا را می‌توان نام برد. روغن کتان و روغن کوکنار و روغن کرچک مسهل‌های قوی هستند. مصرف روغن‌های چرب بسیار رایج است و از آن‌ها برای ساخت داروها و مواد صنعتی و غذایی استفاده می‌کنند.

گلوکینین‌ها (انسولین‌های گیاهی)[1]

موادی هستند که روی گلیسمی[2] اثر می‌گذارند. آن‌ها را انسولین‌های گیاهی نیز می‌نامند، و در گیاهان ذیل موجودند: غلاف میوهٔ لوبیا، سرشاخهٔ گالگا[3] و برگ‌های مورد. این گیاهان در ترکیب جوشانده‌هایی که به‌عنوان ضد دیابت مصرف می‌شوند و همچنین در درمان‌های جنبی دیابت به‌کار می‌روند.

موسیلاژها یا لعاب‌ها[4]

این مواد مخلوط‌های آمورف (بی‌شکل) پلی‌ساکارید[5] هستند که همراه آب مادهٔ چسبناک و لزجی را به‌وجود می‌آورند. این مواد لزج در آب سرد باد می‌کنند و مادهٔ ژله‌ای تشکیل می‌دهند و در آب گرم حل شده محلول‌های کلوئیدی می‌سازند که در صورت سرد شدن دوباره به حالت ژله درمی‌آیند. این مواد در گیاهان به‌علت قدرت بالای جذب آبشان نقش مخزن را بازی می‌کنند. در جوشانده‌ها و دمکرده‌ها این مواد برای کاهش تحریکات فیزیکی یا شیمیایی مؤثرند. آن‌ها برای تورّم مخاط مفید بوده خصوصاً برای درمان تورم‌های مجاری تنفسی و معده مناسبند. در عین حال درد کوفتگی را تخفیف داده پوست را در صورت مصرف ضماد آن نرم می‌کنند و با کاهش حرکات دودی روده و کمک به عمل جذب، روی اسهال نیز مؤثر واقع می‌شوند. از آن‌ها به‌عنوان مواد روغن‌دار (کاراگنات[6] که از جلبک‌های دریایی استخراج می‌شود) نیز فراوان استفاده می‌شود.

1. Glucoqinines (insulines végétales) 2. Glyćmie 3. Galéga
4. Mucilages Végétaux 5. Polysaccharides 6. Carraghénates

گیاهان لعابدار خواه به تنهایی و خواه به صورت مخلوط در جوشانده‌ها مصرف می‌شوند. از بین آن‌ها می‌توان نوعی خزه، برگ، گل و ریشهٔ خطمی، گل و برگ پنیرک، برگ و گل گیاه پای خر، دانهٔ شنبلیله، دانه کتان و غیره را نام برد.

پکتین‌ها نیز در این گروه تقسیم‌بندی شده‌اند. منظور پلی‌ساکاریدها نیز هستند که مثل لعاب‌ها تشکیل مادهٔ ژله‌مانند می‌دهند. پکتین‌ها در بسیاری از میوه‌ها وجود دارند و در آب‌میوه‌ها و سبزیجات از قبیل آب سیب، چغندر، و هویج به فراوانی یافت می‌شود. پکتین‌ها در مداوای گیاهی و درمان اسهال به‌کار می‌روند.

هورمون‌های گیاهی[1]

این مواد ترکیبات شیمیایی بسیار پیچیده‌ای دارند و در اکثر موارد نوعی بیوکاتالیزور[2] محسوب می‌شوند و روی رشد و مبادلات متابولیک (محرک حیاتی)[3] اثر می‌گذارند. آن‌ها را می‌توان در گیاهانی از قبیل رازک، بادرنجبویه، مریم گلی، درخت پستانک، خطمی، کیسه کشیش، یولاف و هویج پیدا کرد.

ضدعفونی‌کننده‌های گیاهی

منظور مواد آنتی‌بیوتیکی است که از گیاهان عالی به دست می‌آیند و دارای طیف وسیع ضد میکروبی هستند. آن‌ها بسیار ناپایدار و فرّارند و حتی از طریق بخور نیز بر مجاری تنفسی تأثیر می‌گذارند. این مواد در سیر، پیاز، خردل، ریشهٔ خردل، آقطی سیاه، ارس، کاج، بارهنگ و غیره موجود هستند. مطالعه در این باره هنوز هم ادامه دارد.

1. Hormones Végétales (Phythormones)
2. Biocatalyseurs
3. Bio Stimulants

طبقه‌بندی گیاهان دارویی بر اساس اثرات آن‌ها

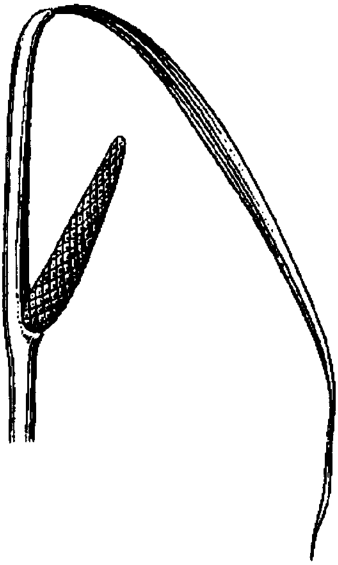
ساختمان شیمیایی مواد مؤثره گیاهان اثر درمانی آن‌ها را بر حسب عملشان در بدن انسان مشخص می‌کند. بنابراین آن‌ها را بر حسب شعاع عملشان (مانند داروهای دیگر موجود در فارماکوپه) در گروه‌های معینی طبقه‌بندی می‌کنیم. همیشه یک گیاه دارویی اثری مشخص ندارد و طیف اثرات آن ممکن است زیاد یا کم شود. به این معنی که یک گیاه ممکن است در درمان چندین بیماری مؤثر باشد. و برعکس برای تقویت اثر درمانی آن‌ها اغلب مخلوطی از چند گیاه تهیه می‌شود تا تأثیرشان چند برابر شود.

خواننده در این‌جا گروه‌های مختلفی را با مصارف خارجی و داخلی مطالعه خواهد نمود و بالاخره یک گروه از گیاهان سمی با تأثیر شدید در انتهای این فصل آورده خواهد شد.

گیاهان تلخ[1]

داروهای گیاهی هستند که روی کار معده، خصوصاً در هنگام بی‌اشتهایی تأثیر می‌گذارند، انواع مختلفی از آن را قبل از غذا مصرف می‌کنند از قبیل: گیاهان تلخ خالص، قنطوریون صغیر، جنتیان، شبدر آبی، گیاهان تلخ معطر (مواد تلخی که همراه مواد معطر باشند) نظیر: درمنه، قصب‌الذیره، سنبل‌خطائی طبی.

گیاهان تلخ قابض: این گیاهان در عین حال کمی قابض بوده برای زکام‌ها و گاستریت‌های سبک (پوست کندورانگو) به‌کار می‌روند.



قصب‌الذیره محتوی یک اسانس طبیعی و خصوصاً مواد تلخ است. از آن در داروسازی و لیکورسازی استفاده می‌شود.

1. Amara

گیاهان تلخ لعابدار: گیاه پای خر، شاهدانه، گیاهان قابض (داروهای منقبض‌کننده)[1]

این مواد روی بشره یا مخاط با تشکیل رسوبات سخت همراه با بافت پروتئینی تأثیر می‌گذارند. آن‌ها آب موجود در بافت‌ها را می‌گیرند و با کم و بیش خشک کردن آن‌ها اثر ضد تورمی نیز دارند. این مواد اغلب از ترکیبات تانن هستند.

این گروه شاملِ شمش برّی، مورد، گل غافث، هوفاریقون، مریم گلی، انجبار، گوشِ خر، گل مینا (امراض جلدی، اگزمای متورم و عفونی)، تره‌تیزک، سنفتیون، پوست درخت بلوط و بید، ریشهٔ باباآدم، گلسنگ پتانسیل، الکیمی، درخت گردو، توت روباه، هفت بند، آویشن، دم شیر و زوفا می‌شود.

ضد التهاب‌ها[2]

این مواد را برای درمان زخم‌ها و کوفتگی‌ها به‌کار می‌برند. آن‌ها ورم را کاهش می‌دهند و بازسازی بافت‌های آسیب‌دیده را (با تأثیر بر غشاءمخاطی و سطح گرانولی) تسریع می‌کنند.

بنابراین بابونه و اکلیل کوهی جراحت‌ها را التیام می‌بخشند، خزه اثر ضد تورم روی مجاری ادرار دارد و گل نرگس ضمن التیام زخم‌ها، بیماری‌های پوستی را درمان می‌کند. رزمارنیوس در مصارف خارجی ضد روماتیسم و توت‌فرنگی برای جوش صورت مفید است.

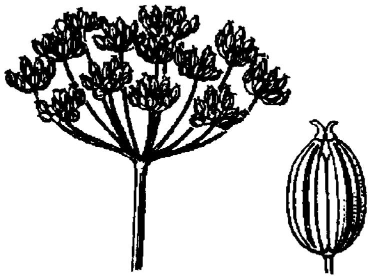


بابونه به‌خاطر نافع بودن در بسیاری از موارد مورد توجه است. گل‌های خشک شدهٔ آن‌که در تهیه جوشانده‌ها و ضماد برای درمان ناراحتی‌ها و تورّم‌ها به‌کار می‌رود، در اکثر خانه‌ها یافت می‌شود.

گیاهان ضد نفخ[3]

در این‌جا منظور موادی هستند که اثر خوبی روی دفع گازهای معده و انقباضات دردناک و حتی تشنج عضلات شکم دارند. این مواد احساس فشار درد را کاهش داده باعث

1. Astringentes 2. Antiphlogistica 3. Carminativa



میوهٔ شیرین رازیانه در بسیاری از جوشانده‌ها که به‌صورت مخلوط تهیه می‌شوند به‌کار می‌رود. از آن ضمن خوشبو و مطبوع کردن طعم جوشانده‌ها به‌عنوان ضد نفخ بسیار مؤثر استفاده می‌کنند.

توقف رشد باکتری‌هایی می‌شوند که تخمیر ایجاد می‌کنند.

این گروه شامل داروهایی است که مواد اسپاسمولیتیک[1] (رافع تشنج و انقباضات) دارند. گیاهانی از این قبیل عبارتند از: بابونه، انیسون، رازیانه، سرو کوهی، نعناع، مریم گلی، اکلیل کوهی، زیره و زوفا.

گیاهان معرّق[2]

گیاهانی که عمل تعرق را آسان‌تر می‌نمایند عبارتند از: گل ماهور، آقطی سیاه، بابونه، زیزفون، شاه‌تره، پتازیت، برگ انگور فرنگی، ریش بز، تره‌تیزک، ریشهٔ باباآدم، بید گیاه، بنفشهٔ وحشی.

گیاهان کاهش دهندهٔ تعرّق[3]

گیاهانی که از تعرّق زیاد جلوگیری می‌کنند عبارتند از: مریم گلی، سنبل‌الطیب، بلادون و برای مصرف خارجی، برگ گردو و پوست درخت بلوط.



گل ماهور گل‌های زردی دارد که پس از خشک کردن در ترکیب جوشانده‌هایی که به‌عنوان ضد سرفه تجویز می‌شوند از آن استفاده می‌گردد، زیرا دارای مقدار زیادی موسیلاژ یا لعاب است.

1. Spasmolytique
2. Sudorifique
3. Antidiaphoretica

گیاهان مدّر[1]



بوسرول یا شمش برّی از زمان قدیم به عنوان گیاه دارویی شناخته شده و از برگ‌های آن برای درمان ناراحتی مجاری ادرار استفاده می‌گردد.

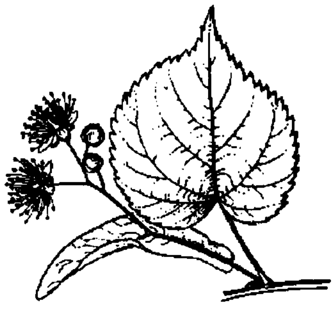
این گیاهان ترشح ادرار را زیاد می‌کنند و برای ناراحتی‌های مجاری ادرار مورد استفاده قرار می‌گیرند. آن‌ها ضمن این‌که مدّر هستند کمی هم حالت ضدعفونی دارند. از آن‌ها می‌توان در مواردی از قبیل ناراحتی‌های کلیوی سبک، سنگ کوچک یا شن ادراری استفاده کرد. در صورتی که ناراحتی کلیوی مهم، ناراحتی‌های قلبی، ورم قلبی، یا سیروز کبدی وجود داشته باشد این داروها مناسب نیستند و باید به پزشک مراجعه شود.

گیاهان دارویی از قبیل: گل آقطی سیاه، انگور روباه، سرو کوهی، مورد، پرسیاوش، هوفاریقون، اونونیس، ریشهٔ جعفری.

و گیاهان غیردارویی: بادآورد، لوبیا را می‌توان نام برد.

خزه (که در صورت عفونت مجاری ادرار بسیار مفید است)، کیسه کشیش، برگ‌های درخت غان(حتی به صورت حمام)، برگ توت فرنگی، ریشهٔ باباآدم، آسپرول معطر، گزنه، ریشهٔ انجدان رومی، دم شیر.

گیاهان خلط‌آور لعابدار[2]



گل زیزفون خشک شده داروی بسیار خوبی برای سرماخوردگی است. جوشانده آن را ترجیحاً با عسل شیرین می‌کنند و می‌نوشند و داروی خوبی برای عرق کردن است. در اکثر موارد گل زیزفون معطر را که برگ آن قلبی‌شکل است، مصرف می‌کنند.

گیاهان دارویی ایجاد خلط را تسهیل می‌نمایند. آن‌ها محتوی لعاب‌های گیاهی هستند که با جذب رطوبت باد کرده قسمت دیگر را مرطوب می‌کند و این به دلیل خاصیت جذب آب این مواد است. آن‌ها همچنین ورم منطقه‌ای را که قسمت ورودی نای را احاطه نموده است با تسکین سرفه، کاهش می‌دهند.

1. Diuretique 2. Expectorante Mucillaginose

برخی از این گیاهان علاوه بر لعاب محتوی اسانس‌های روغنی و ساپونین هستند. از میان این گیاهان می‌توان از پنیرک، گل ماهور، خطمی و بارهنگ نام برد.

گیاهان خلط‌آور و قی‌آور[1]

این مواد ترشح غدد مجرای تنفسی و برونش‌ها را زیاد می‌کنند و به مقدار زیاد قی‌آورند و به مقدار کم فقط باعث ایجاد حالت تهوع می‌شوند؛ حالتی که از نظر پزشکی در برخی مواقع مفید است. آلکالوئیدی به نام اِمتین[2] و ساپونین‌ها به این گروه تعلق دارند.

طبق نسخهٔ پزشکی جوشاندهٔ ریشهٔ ایپکاکوانا را می‌توان تهیه نمود و بدون نسخه می‌توان از علف فتق، خارخر، شیرین‌بیان، ریشهٔ گل پامچال و گل ماهور استفاده کرد.

خلط‌آور محرک[3]

این گیاهان محتوی مواد فرّاری هستند که از طریق دستگاه تنفسی دفع می‌شوند، مخاط را تحریک می‌کنند و عمل خلط‌آوری و دفع آن را آسان‌تر می‌کنند. ضمناً این مواد باعث شل شدن عضلات مجرای تنفسی که در حالت انقباض باشند نیز می‌شوند ضمن این‌که کمی نیز قدرت ضدعفونی‌کننده دارند. این گروه شامل گیاهان دارویی می‌شود که اسانس‌های روغنی داشته باشند.

گیاهان دارویی که در این زمینه برای تهیهٔ جوشانده به‌کار می‌روند عبارتند از: مسیکه، رازیانه، برگ نعناع، پونه، سوسن برّی.

و از دیگر گیاهانی که در این زمینه مورد استفاده قرار می‌گیرند می‌توان خطمی، گیاه پای خر (گل و برگ‌های آن) و دانهٔ کتان محتوی لعاب را نام برد.

گیاهان ضد سرفه[4]

این‌ها در واقع گیاهان خلط‌آور آرام‌کنندهٔ سرفه هستند. در اکثر موارد از آن‌ها به‌صورت

1. Expectorante Emetique
2. Émetine
3. Expectorantia Stimulantia
4. Antitussica



گل‌های گیاه سعال یا پای خر در اوایل بهار شکفته می‌شوند و برگ‌های آن برای تهیهٔ جوشانده همراه با دیگر گیاهان ضد سرفه به‌کار می‌رود.

مخلوط (جوشانده برای سینه درد) استفاده می‌کنند.

از میان گیاهان ساده نیز می‌توان از خطمی، پنیرک، گیاه سعال یا پای خر، بارهنگ، به دانه و شیرین‌بیان نام برد.

گیاهان مسهل صفرا[1]

این مواد کار تولید صفرا در سلول‌های کبدی و همچنین کار دفع آن از طریق مجراهای صفراوی را تسهیل می‌کنند. در درمان ورم کیسه و مجراهای صفراوی و حتی علیه سنگ‌ریزه‌های کوچک کیسه صفرا در کنار داروی مؤثر پرقدرت از داروهای گیاهی نیز استفاده می‌شود که محتوی موادی برای تسهیل در امر تولید صفرا و همچنین محتوی اسانس‌های طبیعی ضد تشنج مجراهای صفراوی و ضدعفونی‌کننده‌های سبک و ضد تورّم هم هستند.



ریوند پنجه‌ای که گیاه بومی چین است ساقهٔ زیرزمینی دارویی دارد که خصوصاً در درمان بیماری‌های صفراوی (به‌صورت جوشانده) و به‌صورت ترکیبی در قرص‌های هضم‌کننده غذا به‌کار می‌رود.

از میان داروهای گیاهی می‌توان از: برگ بولدو، گل خلد، کنگر کوهی، زنجبیل سامی، گیاه نوروزی، فراسیون سفید و ریوند نام برد.

و از میان گیاهان غیرطبی از: مامیران، گل قاصد، پوست درختچهٔ زرشک، آویشن معمولی و بومادران نام می‌بریم.

1. Cholagoga

گیاهان ملین و مسهل[1]

مسهل‌ها کار تخلیه روده را تسریع می‌نمایند. پوست نربرون، دانه و برگ‌های سنا، ریشهٔ شیرین‌بیان، ریشهٔ ریوند از این دسته هستند.

گیاهانی نظیر میوه و شاخهٔ برگ دارمرور بیابانی، گل بنفشهٔ صحرایی، بومادران، فاشراسفید، نیلوفر و کتان از گروه گیاهان غیرطبی این دسته هستند.

گیاهان مقوی قلب[2]

این گروه شامل گلوکوزیدهای گیاهی است که اثر تقویتی روی کار قلب دارند. این مواد آهنگ کار قلب را تسریع می‌کنند. دفع آب به‌عنوان اثر جنبی مصرف این مواد شناخته شده است. در این گروه می‌توان از گل انگشتانه، آدونیس، گل برفک، آلیچ، گراتیول، هلبور سیاه نام برد.

ضد آسم[3]

گیاهانی که محتوی آن‌ها برای مبتلایان به تشنجات ریوی همراه با آسم مفید است، عبارتند از: بلادون، ژوسکوام، تاتوره.



برگ‌ها و مواد محرکهٔ گل انگشتانه ارغوانی از مهم‌ترین و بهترین مواد برای تقویت قلب شناخته شده است و تنها پزشک پس از این‌که بیمار را به‌طور دقیق معاینه نمود می‌تواند آن را تجویز و مقدار مصرف آن را مشخص کند.

مواد آرامبخش[4]

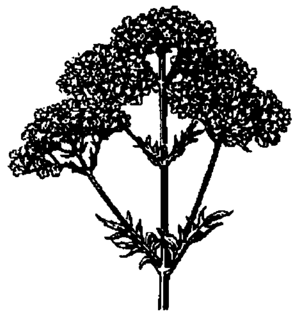
این مواد آرام‌کننده در موارد عصبی بودن، ضعف اعصاب و تغییرات رفتاری در سیستم اعصاب مرکزی (بیماری ضعف اعصاب) مصرف می‌شود. در مقایسه با داروهای شیمیایی، این مواد اثر بسیار آرام‌تر و ملایم‌تری از خود نشان می‌دهند. از گیاهان آرامبخش می‌توان از سنبل‌الطیب، گل ساعتی، رازک، خلنک، نام برد.

1. Laxantia 2. Cardiotonica 3. Antiasthmatica
4. Neirvina et sedativa

ضد تصلّب شرائین[1]

این گروه تأثیر مثبتی روی قسمت‌های آسیب دیده سیستم گردش خون خصوصاً در زمان پیری یا در صورت داشتن تغذیهٔ ناصحیح مانند مصرف بیش از حد چربی، نداشتن فعالیت کافی و شرایط بحرانی از خود برجای می‌گذارد.

کلسترول که روی دیواره وریدها رسوب نموده آن‌ها را آهکی و سخت می‌کند، اثر نامناسبی روی قسمت‌های آسیب‌دیده دارد که ایجادکنندهٔ ترومبوز و فشار خون بالا نیز می‌تواند باشد. در این حالت داروهای گیاهی که سرشار از روتین و ویتامین C هستند می‌توانند سودمند باشند. در این گروه نیز از سیر، سرخ ولیک (گل و برگ‌هایشان)، عرق گل سرخ، سوفورا و دارواش می‌توان نام برد.



سنبل‌الطیب به شکل جوشانده یا قطره تأثیر آرام‌بخشی بسیار عالی دارد. تنطور والریان در همهٔ داروخانه‌ها در معرض فروش قرار دارد.



سرخ‌ولیک اغلب به‌عنوان داروی ضد فشار خون مصرف می‌شود. گل و حتی شاخه‌های برگدار، یا خود برگ‌ها را به‌تنهایی یا همراه میوهٔ این گیاه جمع‌آوری می‌کنند.

ضد فشار خون[2]

این گیاهان روی فشار خون بالا (ناراحتی‌های سیستم تنظیم‌کننده) تأثیر می‌گذارند. درمان این بیماری شامل رژیم غذایی و داروهای مناسب آن است. در مرحلهٔ آغاز بیماری فشار خون می‌توان از مسکن و پایین‌آورنده‌های فشار خون نظیر سنبل‌الطیب، یولاف، زنگ چاودار، سیر، اکلیل الملک، سرخ ولیک و رازک استفاده کرد.

1. Antisclerotica

2. Hypotensiva

گیاهان معطر[1]

عبارتند از گیاهانی که برای بهتر کردن مزه و عطر داروها به‌کار برده می‌شوند و دارای اثر ضدعفونی‌کننده نیز هستند؛ نظیر: مریم‌گلی، بابونه رومی، اسطوخودوس و اکلیل کوهی (مصرف داخلی یا خارجی).

ضد انگل[2]

گیاهانی که علیه انگل‌های روده به‌کار می‌روند عبارتند از: سرخس نر، قازیاغی، هویج، پیاز، شاه‌تره، انار، زبان در قفا، کدو.

ضد دیابت[3]

از این گیاهان به‌عنوان کمک درمانی در درمان دیابت (که به معنی تولید کم انسولین در لوزالمعده است) استفاده می‌گردد. انسولین‌های گیاهی (گلوکوکنین‌ها) که مؤثرترین صورت آن‌ها به شکل عصاره‌های اسیدی است، در گیاهانی نظیر: حلبوب، لوبیا، مورد صحرایی و گیاه باباآدم وجود دارند. گیاهان تلخ مانند قنطریون صغیر، جنتیان و درمنه نیز مفید هستند.

امراض زنانه[4]

این گیاهان التهابات ماهیچه‌های صاف در باسن کوچک (رحم، مجاری ادراری) و دردهای عادت ماهانه را کاهش می‌دهند. برخی از این مواد روی رحم و خصوصاً در زمان بارداری (خونریزی رحم پس از وضع حمل یا سقط جنین یا تورم) به‌عنوان درمان عمومی تحریک‌کننده تحت نظر دقیق پزشک اثرات سودمندی دارند. این مواد عبارتند از آلکالوئیدهای زنگ، اکلیل، کیسه کشیش، سیاه‌دانه، فلفل آبی، پتانسیل، سداب، هوفاریقون.



در حال حاضر کشت زنگ چاودار در شرایط مصنوعی امری شناخته شده است. آلکالوئیدهای این زنگ در تولید بسیاری از داروهای مهم به‌کار می‌روند.

1. Aromatica 2. Anthelminthica 3. Antidiabetica
4. Gynecologica

مواد شیرآور که ترشح شیر را تحریک می‌کنند در گیاهانی نظیر حلبوب (نوعی گل شبیه مینا)، رازیانه انیسون سبز، و شنبلیله یافت می‌شوند.

ضد استفراغ[1]

گیاهانی که باعث تسکین حرکات دودی شدید و زیاده از حد معده می‌شوند در این گروه قرار دارند. داروی بلامنازع این ناراحتی تریاک است (که چون جزء مواد مخدر است قوانین مواد مخدر در مورد آن اعمال می‌شود). امّا گیاهان سرشار از تانن (به خاطر اسیدتانیک موجود در آن‌ها که از آن تانالبین استخراج می‌شود) و زغال گیاهی، پوست بلوط و همچنین ترکیبات محتوی لعاب نظیر دانه‌های یولاف، جوشاندهٔ جو، آب برنج، چای چینی نیز مؤثرند. برای کودکان از هویج، سیب رنده شده (پکتین) پس از قهوه‌ای شدن آن، انجبار، بلوط، گل محمدی، مریم گلی، مورد، عریده و توت‌فرنگی استفاده می‌کنند.

ضد تومور[2]

این گیاهان محتوی مواد ضدتوموری (غده) هستند. گیاهانی نظیر دارواش، نیلوفر آبی و خصوصاً نیلوفر مناطق حارّه و آلکالوئیدهای پروانش دارای این مواد هستند.

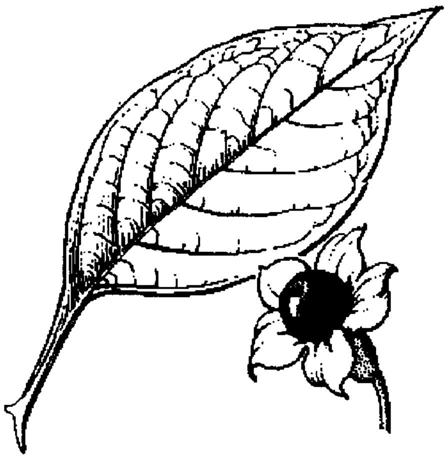
سموم گیاهی[3]

ارائه تعریفی دقیق از مواد سمی کار مشکلی است و اغلب مقدار مادهٔ مورد مصرف است که مشخص‌کنندهٔ سمی بودن یا نبودن ماده است. مواد فعال موجود در برخی گیاهان دارویی (آلکالوئیدها، گلوکوزیدها) سموم خطرناکی برای انسان هستند. در حالی که در صورت مصرف آن مقدار که در طب مشخص شده است داروهای بسیار مفیدی نیز هستند. حتی جمع‌آوری و تهیه چنین داروهایی نیز باید به‌وسیلهٔ متخصص انجام شود و مسلماً تجویز آن‌ها نیز باید از سوی پزشک صورت بگیرد.

گیاهان دارویی سمی همه به یک میزان دارای سمیّت نیستند. و این امر بستگی تام به شرایط رویشگاهی گیاه و زمان چیدن آن در طول روز، شدت مبادلات متابولیکی و دیگر

1. Obstipantia 2. Cytostatica 3. Venena

عوامل دارد. در وهله اول چنین به نظر می‌رسد که این سموم برای زندگی گیاهان مضر هستند در صورتی که عملاً حالت دفاعی گیاه را در برابر دشمنان طبیعی آن افزایش می‌دهند. به‌عنوان مثال هنگامی که حشرات (از نوع سخت‌پوستان) به برگ‌های بلادون (بذرالبنج) حمله می‌کنند، مقدار آلکالوئیدهای موجود در گیاه تا چهار برابر مقدار طبیعی می‌تواند افزایش یابد.



بلادون گیاهی شدیداً سمّی است و داروهایی که محتوی آن هستند فقط بایستی به‌وسیلهٔ یک پزشک تجویز شوند.

امروزه گیاهان دارویی سمّی که از نظر داروسازی اهمیّت دارند در مزارع مخصوص بزرگی کشت می‌شوند (دیجیتال [گل انگشتانه]، خشخاش، شاه‌دانه، گیاهان تیره سیب‌زمینی، زنگ). روش‌هایی نیز برای بالابردن بازده مواد مؤثرهٔ آن‌ها (نظیر کشت انواع انتخابی که دارای مقدار زیادی مواد سمّی باشند و طرق خاص تهیه و عمل آوردن داروها) به‌کار گرفته می‌شوند. در عین حال گیاه می‌تواند مواد سمّی را در قسمت‌های خاصی مانند برگ‌ها یا ریشه متمرکز نماید. حتی سیب‌زمینی هم (گل و برگ تازهٔ آن) گیاهی سمّی است. برعکس غده‌های آن کاملاً بی‌خطر است و مادهٔ غذایی مطلوبی محسوب می‌شود.

در هنگام جمع‌آوری و عمل آوردن گیاهان سمّی یا شدیداً محرک باید بسیار محتاطانه عمل کرد. نخست باید پادزهرهای اصلی را شناخت و اصول اولیهٔ درمان در صورت مسمومیت را به خوبی دانست.

در وهلهٔ اول باید نوع گیاه مسموم‌کننده را مشخص کرد و در همهٔ موارد باید جلو انتشار سم در بدن را گرفت. بیمار باید حتی‌المقدور آرام باقی بماند تا مبادلات متابولیکی در بدن وی آهسته‌تر شود. خصوصاً در مواردی که امکان فلج عضلهٔ قلب و بلوکه شدن سیستم تنفسی وجود دارد (همیشه باید به سرعت پزشک را مطلع کرد.)

وظیفهٔ اصلی در درمان‌های اولیه دفع مواد سمی از طریق شستشوی معده یا به‌وسیلهٔ مواد جذب‌کنندهٔ دیگر است. باید بیمار را به استفراغ واداشت. این کار را می‌توان به‌صورت مکانیکی (فرو بردن انگشت در گلو) یا با مواد تهوّع‌آور (آب گرم، روغن) و در برخی مواقع توسط مسهل یا به کمک شستشو انجام داد. هنگامی که مسمومیت با اسهال همراه است، از دادن مسهل باید خودداری شود و برعکس باید از موادی که قدرت جذب زیادی دارند (زغال حیوانی[1]، و برخی موارد، اکسید کلوئیدی منیزیم) استفاده کرد. یک تریاق مؤثر در همهٔ موارد عبارت است از مخلوط دو قسمت زغال حیوانی به علاوه یک قسمت اسید تانیک و یک قسمت اکسید منیزی (انیدرید منیزیم). اکثر سموم گیاهی (آلکالوئیدها) تحت تأثیر اسیدتانیک رسوب می‌کنند. به همین دلیل توصیه می‌شود به شخص مسموم چای چینی (که زیاد دم‌کرده و غلیظ و حتی سیاه باشد) داده شود. در صورت مسمومیت با سم محلول در چربی باید به شخص مسموم شیر خورانده شود. در صورت ضعف و نارسایی به علت مسمومیت قلبی باید یک قهوهٔ غلیظ به شخص مسموم داد. کمپرس‌های گرم، دل‌درد شدید و قولنج را تسکین می‌بخشد.

برخی از سموم گیاهی به طور آنی اثر می‌کنند و برخی دیگر تدریجاً و به نسبت فساد بیوشیمیک در بدن انسان اثر می‌کنند (مسمومیت با قارچ‌ها، و در اکثر موارد به‌وسیلهٔ قارچ امانیت). اگر نوع مسمومیت مورد تردید باشد باید پزشک را خبر کرد و درمان‌های اولیه را روی مسموم انجام داد و پزشک ضمن انجام شستشوی معده پادزهر مؤثر و داروهایی برای تحریک جریان خون و فعالیت قلبی تجویز خواهد نمود.

1. Charbon Animal

روش‌های تهیه مواد دارویی

مواد مؤثرهٔ شیمیایی و گیاهی تا زمانی که به عنوان دارو مورد مصرف قرار گیرند، اعمال مختلفی روی آن‌ها انجام می‌گیرد. یک سلسله اعمال به نام گالنیک [جالینوسی] (به یادبود جالینوس پزشک دوران قدیم که به خاطر ترکیباتش براساس مواد اولیه گیاهی مشهور شده است) بر داروهای گیاهی انجام می‌شود.

پرواضح است که امروزه متخصصین که خصوصاً در صنایع داروسازی وجود دارند، داروهایی به اشکال مختلف (قرص، آمپول، کرم و غیره) تحت نام‌های تجارتی مختلف تهیه می‌کنند. در عین حال طریقهٔ داروسازی گالنیک نیز بار دیگر رونق یافته، زیرا توجه مردم دوباره به داروهای تهیه شده از مواد طبی ساده و در اکثر موارد با ریشهٔ گیاهی که برخی مواقع به آن نئوگالنیک [نوجالینوسی] نیز گفته می‌شود جلب شده است. لابراتوارهای مدرن داروسازی از نظر تکنیکی بسیار مجهزند، و دارای دستگاه‌های سازندهٔ قرص، دستگاه هموژنیزه‌کننده، مخلوط‌کن، عصاره‌گیری، دستگاه گریز از مرکز و همچنین پرکن‌های اتوماتیک و دستگاه‌های کاندیسیونر[1] هستند. در برخی مواقع خصوصاً برای ساختن آمپول از اتوکلاوهایی برای استریل کردن استفاده می‌شود. چنین تجهیزاتی می‌تواند حتی از گیاهان نیز داروهای مؤثری (به شکل قرص، جوشانده، کپسول و غیره) که جذب بهتر و تأثیر بیش‌تر آن‌ها را تضمین می‌کند، تهیه نماید.

همهٔ این روش‌های تهیه چه قدیمی و چه جدید را در کدکس و کاربرد کشورهای مختلف می‌توان یافت. این داروها در همهٔ موارد طبق موازین دقیق فارماکولوژی تهیه می‌شوند (عصارهٔ الکلات، سرکه‌ها، شربت‌ها، تنطورها، داروهای استعمال خارجی و غیره). کدکس در هر مورد طرز تهیه رسمی، شرح داروهای به‌دست آمده، طریقهٔ بررسی و نگهداری دارو را مشخص کرده است. داروهای تهیه شده در روش‌های گالنیک که تأثیرات شدیدی دارند فقط زیر نظر پزشک به‌کار گرفته می‌شوند. دیگر مواد به صورت آزاد در داروخانه‌ها به فروش می‌رسند. برخی که به شکل ساده تهیه شده‌اند (نظیر جوشانده‌ها، دم‌کردنی‌ها، پانسمان‌های گیاهان طبی) را می‌توان بر حسب نیاز بدون داشتن تجهیزات خاصی در منزل تهیه کرد.

1. Conditionneurs

اصول حفظ و نگهداری در مورد داروهایی که در منزل نگهداری می‌شوند نیز باید رعایت شود. همهٔ داروها باید در ظروف تمیز که نام دارو روی آن نوشته شده و با شرایط محیط سازگار است نگهداری شوند (قوطی یا ظروف دیگر). آن‌ها را باید بر حسب نوع و ترکیب در جای خشک و دور از نور (و در صورتی که نیاز به درجه حرارت پایین باشد، در یخچال) نگهداری کرد.

داروهای تهیه شده از طریق گالنیک معمولاً تاریخ مصرف دقیق ندارند. زیرا مواد مؤثرهٔ آن‌ها نسبتاً ثابت است. با این حال داروهایی که خصوصاً به‌عنوان دم‌کرده، جوشانده یا عصاره در منزل تهیه می‌شوند، نباید به مقدار زیاد تهیه و به مدت طولانی نگهداری شوند.

تهیه داروهای پیچیده را که برحسب تجویز پزشکان باید ساخته شوند، به عهدهٔ داروسازان می‌گذاریم. این موضوع بسیار مهم است که باید با چسباندن یک اتیکت بر روی ظرف نوع و تاریخ تهیهٔ دارو را بتوان شناسایی کرد. زیرا هنگامی که تعدادی از این داروها در منزل نگهداری شود، اشتباه در تشخیص به آسانی امکان‌پذیر است.

همچنین باید احتیاط زیادی کرد تا این داروها در دسترس کودکان قرار نگیرد و باید مراقب بود که در مصارف داخلی و خارجی اشتباهی صورت نگیرد.

داروهای مصرف داخلی

آن دسته از داروها را گویند که:

ـ باید از طریق دهان (بلعیده شدن، یا از طریق مخاط دهان جذب شدن یا در زیر زبان قرارگرفتن) مصرف شوند.

ـ یا از طریق تزریق (که در این صورت نیاز به تهیه آن‌ها در محیط استریل است) وارد بدن شوند.

داروهای مصرف خارجی

آن دسته از داروها هستند که:

ـ باید روی پوست مصرف شوند (نظیر محلول‌ها، کرم‌ها، خمیرها، پودرها، کمپرس‌ها، صابون‌ها، ضماد و غیره).

ـ یا باید در حفره‌های بدن داخل شوند (بینی، حفرهٔ دهانی، غده اشکی، مقعد، مجرای رحم).
ـ یا باید بخور داده شوند (از طریق تنفس).

جوشانده، مخلوط برای دم کردن

خیسانده‌ها، مخلوط‌های گیاهی برای دم‌کردن و معطرات درمانی ترکیبات گیاهی هستند که خُرد شده و در برخی مواقع با دیگر مواد دارویی آمیخته می‌شوند.

خیس‌کردنی‌ها می‌توانند به‌صورت ساده (هوفاریقون [گل راعی]، زیزفون، بابونه) یا ترکیبی باشند. اگر بخواهیم دیگر مواد ساده (اسید استیک، بی‌کربنات) را به گیاهان اضافه کنیم، باید گیاه را در محلول این مواد خیس کنیم تا پس از تبخیر آب آن، گیاه باقی‌مانده با این مواد توأم باشد. مثلاً در کدکس یک خیساندهٔ ملیّن این طور شرح داده می‌شود: دانه‌های خرد شده رازیانه را در محلول تارترات سدو ـ پتاسیک و اسید تارتریک خیس می‌کنند، هنگامی که محلول خشک می‌شود مواد اضافه شده نباید آسیبی به خود خیسانده برساند.

گیاهانی که برای تهیهٔ خیسانده یا قرص به‌کارگرفته می‌شوند، باید ابتدا خرد و سپس آسیا شوند و به صورت پودر درآیند. برای به‌دست آوردن اندازه‌های مورد نظر از الک با اندازه‌های مختلف استفاده می‌شود.

الک کردن

شماره	مورد مصرف	طول یک طرف شبکهٔ توری الک (به میلیمتر)	قطر رشته (به میلیمتر)
۱	داروهای خرد شده	۶/۳	۲/۳
۲	داروهای خیلی خرد شده	۳/۱۵	۱/۲۵
۳	داروهای کاملاً خرد شده	۲	۱
۴	داروهای کوبیده شدهٔ دانه درشت	۰/۸	۰/۵
۵	داروهای کوبیده و نرم شده	۰/۲۵	۰/۱۶
۶	داروهای کوبیده و خیلی نرم شده	۰/۱۲۵	۰/۰۸
۷	داروهای پودرشده	۰/۰۸	۰/۰۵

سعی خواهد شد که در صورت امکان گردی را که هنگام خرد کردن گیاهان برای دم‌کرده به‌وجود می‌آید، جدا کنیم.

برای تهیه مخلوطی از گیاهان به‌عنوان دم‌کرده هرکدام از عناصر این مخلوط را باید ترجیحاً در یک پاکت کاغذی (چون گیاهان سبک و پرحجم هستند) به‌طور جداگانه وزن کرد. هنگامی که همهٔ گیاهان توزین شدند همه را روی یک ورقه کاغذ سفید و تمیز می‌ریزند و به کمک یک قاشق یا قطعه‌ای کاغذ بریستول به‌هم می‌زنند. این نوع مخلوط بر اساس وزن تهیه می‌شود. و از گیاهی که بیش‌تر از همه در ترکیب یافت می‌شود شروع می‌کنند (بجز میوه‌ها و دانه‌ها). میوه‌ها و دانه‌ها یا رزین‌ها را اوّل به تکه‌های درشت تقسیم و بعد به مخلوط اضافه می‌کنند.



این ترازوی تزئینی داروسازی و وزنه‌هایش در اوایل قرن بیستم ساخته شده‌اند. ترازو یکی از وسایل ضروری همهٔ داروخانه‌هاست.

سپس گرد تولید شده در این مخلوط را با الک شماره ۵ جدا می‌کنند و دوباره مخلوط را به هم می‌زنند. از مخلوط کردن ترکیبات تازه تهیه شده با دیگر مواد قدیمی باید خودداری شود.

برای تهیه کمپرس باید گیاهان دارویی را به صورت دانه‌های درشت ساییده شده تهیه کرد و برای جلوگیری از هر نوع اشتباهی جملهٔ «برای کمپرس، مصرف خارجی» را روی جعبه آن نوشت.

برای اندازه‌گیری دم‌کرده‌ها از قاشق مرباخوری یا سوپخوری استفاده می‌شود. بجز موارد ذکر شده معمولاً برای یک لیوان متوسط آب (حدود ۱۵۰ میلی‌لیتر) در صورتی که مخلوط شامل برگ، شاخهٔ برگدار یا گل باشد یک قاشق سوپخوری (حدود ۳ گرم) اگر مخلوط محتوی ریشه، چوب، میوه یا ساقهٔ زیرزمینی باشد یک قاشق مرباخوری (حدود ۱/۵ گرم) مصرف می‌گردد.

مخلوط‌های دم‌کردنی باید در جعبه‌های دربسته دور از نور و رطوبت نگهداری

شوند. مقدار گیاهان دارویی که دارای مواد بسیار سمی هستند (دیجیتال، داروواش، بنگ‌دانه، بلادون، تاج‌الملوک) باید به‌وسیلهٔ پزشک معین شود.

عصاره‌ها

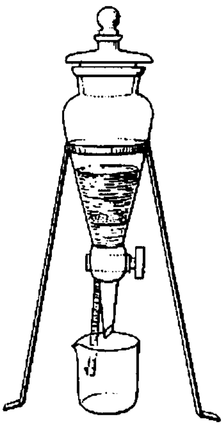
طب طبیعی در بسیاری از موارد از عصارهٔ گیاهان نیز استفاده می‌کند. عصاره‌کشی از گیاهان به این طریق انجام می‌شود که آن‌ها را در محلولی قرار می‌دهند، آن‌گاه تحت تأثیر محلول مواد فعال آن‌ها آزاد می‌شود. این کار را می‌توان در درجه حرارت سرد، گرم، در آب، در الکل و غیره انجام داد. برخی مواقع عصارهٔ غلیظ به دست می‌آید.

خیسانیدن

منظور عصاره‌گیری در درجهٔ حرارت طبیعی محیط است (۱۵ تا ۲۰درجه). مایع به‌کار رفته می‌تواند آب، الکل و در برخی موارد شراب باشد. مدت خیس کردن بستگی به خواص خود گیاه دارد. خیساندن گیاه در آب نباید برای مدت طولانی انجام شود چراکه امکان تخمیر شدن یا کپک زدن گیاه وجود دارد. گیاهان دارویی محتوی لعاب (کتان، خطمی) باید حدود نیم‌ساعت و گیاهان معطر یا تلخ بین دو تا دوازده ساعت خیسانده شوند. علاوه بر دستورات پزشکی خاص، برای خیساندن از یک جزء گیاه و بیست جزء آب یا الکل استفاده می‌شود. زمان خیساندن نیز معمولاً برحسب ساعت مشخص می‌شود.

پرکولاسیون[1]

در این مورد عمل عصاره‌گیری در حرارت محیط (۱۵ تا ۲۰ درجه سانتیگراد) به‌کمک مایع جریان‌دار انجام می‌گیرد.
این روش برای استخراج مواد سمی معمول است.



پرکولاتور ظرف شیشه‌ای مخروطی‌شکل شیرداری است که برای گرفتن مقدار کمی عصاره گیاهی در آزمایشگاه به‌کار می‌رود.

1. Percolation

روش تحلیلی

در این روش از درجهٔ حرارت بالاتری استفاده می‌شود، با وجود این حرارت از ۵۰ درجهٔ سانتیگراد تجاوز نمی‌کند. در اکثر موارد برای عصاره‌گیری از حرارت ۳۵ تا ۴۰ درجه سانتیگراد استفاده می‌شود. این عمل حداقل به مدت نیم‌ساعت و حداکثر ۲۴ ساعت ضمن تکان‌دادن گهگاه ظرف ادامه پیدا می‌کند. این روش را در مورد قسمت‌های سخت گیاه یا گیاهانی به‌کار می‌برند که موادی دارند که به سختی حل می‌شوند.

دم کردن

دم کردن یا گرفتن عصاره به‌وسیلهٔ آب متداول‌ترین و قدیمی‌ترین روش به‌کاربردن داروهای گیاهی است. این روش به این صورت است که ابتدا روی گیاه که به طرز صحیحی خرد شده آب جوش می‌ریزند، سپس آن را به‌مدت پانزده دقیقه در یک ظرف بستهٔ شیشه‌ای یا چینی می‌گذارند و گاهی آن را هم می‌زنند. و بالاخره مایع را از پنبه،کاغذ صافی، الک با شبکهٔ ریز یا ظرف شیشه‌ای مشبک عبور می‌دهند. بجز مواردی که شکل خاص دیگری تجویز شده است، معمولاً ۱۰ گرم مایع برای یک گرم گیاه به‌کار برده می‌شود. اگر گیاه سمی باشد، مسلماً تنها پزشک باید مقدار مصرف را تعیین کند.

دم‌کردهٔ ریشهٔ شیرین‌بیان یا خطمی را از قطعه‌های نسبتاً بزرگ این گیاهان تهیه می‌کنند، و برای دم کردهٔ دانه‌های کتان از دانه‌های کامل آن استفاده می‌شود. همهٔ گیاهان معطر را می‌توان از طریق تهیه اسانس‌های روغنی و اسانس‌های فرّار آن‌ها که در درجه حرارت‌های بالا تبخیر می‌شوند مورد استفاده قرار داد.

جوشاندن

در این روش برای به‌دست آوردن عصارهٔ گیاه آن را برای مدتی با آب می‌جوشانند. قسمت‌های مختلف گیاه (شاخهٔ برگدار، ریشه، برگ، گل) که به طرز صحیحی قطعه‌قطعه شده‌اند در آب لوله‌کشی خیس می‌خورند و به مدت ۱۵ دقیقه جوشانده می‌شوند. قسمت‌های سخت گیاه تا یک ساعت (ضمن دقت در اضافه نمودن آب تازه به جای آبی

که تبخیر شده است) جوشانده می‌شوند. سپس جوشانده را با یک تکه پارچه کاملاً صاف نموده با کمک لولهٔ آزمایش مدرج به مایع به‌دست آمده آب اضافه می‌کنند. معمولاً برای جوشاندن نسبت گیاه به آب یک به ده است البته بجز گیاهانی که دارای لعاب هستند (از قبیل خطمی و دانهٔ کتان) که این نسبت یک به بیست است.

ضمناً جوشاندهٔ ثعلب (نسبت به تعداد غده‌ها) نیازی به صاف کردن ندارد.

جوشانده را نمی‌توان نگه داشت و باید به صورت تازه در هنگام نیاز به مصرف رساند، یا حداکثر ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم آن را برای مصرف دو تا سه روز تهیه کرد.

جوشاندهٔ ریشهٔ خطمی یا دانهٔ کتان را واقعاً نمی‌جوشانند بلکه در درجهٔ حرارت محیط به مدت ۳۰ دقیقه می‌خیسانند. البته قبل از این کار باید دانه‌های کتان را به دقت در آب شست.

عصاره‌گیری

در این‌جا منظور گرفتن عصارهٔ کم و بیش غلیظ به‌وسیلهٔ خیساندن آن در آب، الکل، اتر یا به کمک مخلوطی از این مایعات است. عصاره را به صورت قطره یا در ترکیبات مختلف مصرف می‌کنند.

عصاره‌ها بر حسب غلظت آن‌ها به چند گروه به شرح زیر تقسیم می‌شوند:

۱. عصاره‌های مایع
۲. عصاره‌های سیال
۳. عصاره‌های غلیظ
۴. عصاره‌های خشک



بطری مخصوص نگهداری تنطور با دهانهٔ سمباده‌ای صاف و صیقلی شده.

از عصاره‌هایی که دارای غلظت کمی است می‌توان از عصارهٔ پونه نام برد و از عصاره‌های سیالی که غلظت آن شبیه عسل تازه باشد، می‌توان عصارهٔ سرخس نر و عصاره بلادون را نام برد که عصاره‌ای غلیظ است و در حرارت معمولی به صورت مایع نیست. این نوع عصاره‌ها شامل ۸۰ درصد مواد خشک و ۲۰درصد آب هستند. عصاره‌های خشک به صورت پودر نیز موجودند که ۵درصد آب دارند. از جمله این نوع عصاره‌ها می‌توان از عصارهٔ ریوند نام برد.

تنطورها

در این‌جا منظور عصارهٔ گیاهان دارویی است که به کمک حلاّل‌های مختلفی نظیر الکل، اتر الکل و شراب به‌دست می‌آید. نام تنطور نشانگر مایعی است به رنگ‌های مختلف برحسب اجزاء متشکلهٔ آن و طرز تهیه آن معمولاً در کدکس یا در نسخه‌های داروسازی شرح داده می‌شود.

تنطورها معمولاً به دو نوع تقسیم می‌شوند: تنطور ساده که فقط از یک نوع گیاه خشک شده حاصل می‌شود، نظیر تنطور بلادون یا تنطور قصب‌الذیره؛ تنطور مرکب که از ترکیب چند گیاه مختلف تهیه می‌شود که به عنوان مثال می‌توان تنطور تلخ و تنطور ترکیبی ریوند را ذکر کرد.

در بسیاری موارد از الکلات‌هایی که مستقیماً از خود گیاهان یا از عصارهٔ خشک آن‌ها تهیه می‌شود، استفاده می‌کنند.

در این‌جا از روش‌های حل کردن، خیساندن، پروکولاسیون، یا عصاره‌گیری از گیاهان خرد شده بر حسب روش‌های مشخص استفاده می‌شود؛ مثلاً: برای تهیه تنطور جنتیان به این شکل عمل می‌شود که ابتدا ۲۰۰ گرم جنتیان را در ۹۵۰ گرم الکل در یک ظرف دربسته می‌ریزند و به مدت هفت روز در محل تاریکی قرار می‌دهند و گهگاه آن را هم می‌زنند، سپس آن را با فشار صاف کرده دوباره مقداری الکل به آن اضافه می‌کنند و مجدداً با فشار صاف می‌کنند. مایع به دست آمده را حداقل دوازده ساعت بدون کم‌ترین حرکتی در جایی قرار می‌دهند تا کاملاً ته‌نشین شود و سپس آن را از کاغذ صافی می‌گذرانند و صاف می‌کنند. در این حالت باید ۱۰۰۰ گرم تنطور به دست آید.

بسیاری از تنطورها از طریق دهان و به شکل قطره یا با قاشق مصرف می‌شوند و برخی از آن‌ها نیز مصارف خارجی دارند، مانند مالش لثه‌ها با تنطور مازوج و غرغره.

سرکه‌های معطر

این تنطور را با الکل و سرکه تهیه می‌کنند. از این گروه سرکهٔ معطر و سرکه آقطی را می‌توان نام برد.

شراب طبی

این مایعات از مخلوط عصارهٔ گیاهی (قصب‌الذیره، جنتیان) با مالاگا یا شراب‌های دیگری که حتی‌الامکان سفید باشند، تهیه می‌شود.

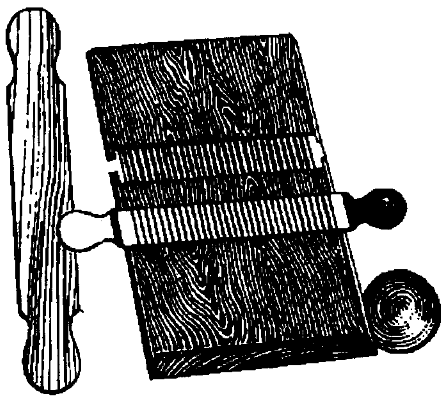
روغن‌های طبی

این مواد از محلول داروهای گیاهی به صورت مایع (یا سایر صور دارویی) با یک روغن چرب تشکیل می‌شود. از این روغن در مصارف داخلی و خارجی و در صورت استریل بودن حتی به صورت آمپول نیز استفاده می‌کنند. به بیان دقیق‌تر این گروه همهٔ روغن‌های گیاهی (از قبیل آفتاب‌گردان، بادام، زیتون) را در بر می‌گیرد.

مرهم‌ها

این مواد کم و بیش مایع و گاهی اوقات به شکل ژله‌اند که در حرارت بدن به صورت مایع درمی‌آیند. آن‌ها محتوی مواد دارویی به شکل محلول، سوسپانسیون یا امولسیون در یک مایع هستند و برای استعمال خارجی به‌کار می‌روند. در این‌جا از مرهم معروف اوپودلدوچ که علیه دردهای روماتیسمی به‌کار برده می‌شود و در این گروه قرار دارد، نام می‌بریم. به همین منظور از داروهای گیاهی (اسانس‌های طبیعی، روغن‌ها و صابون‌ها) محلول در الکل نیز استفاده می‌شود (نظیر مادهٔ جوهری یا اسانس اسطوخودوس).

از خیساندن برگ‌های بنگدانه (ژوسکوام) در روغن و در مجاورت الکل و آمونیاک روغن بنگدانه به دست می‌آید. و به روش مشابه می‌توان روغن هوفاریقون را نیز تهیه کرد.



دستگاه حب‌سازی که به‌صورت دستی در داروخانه‌ها براساس دستورالعمل‌های تأیید شده به‌کار می‌رفت. این دستگاه شامل یک صفحهٔ چوبی و یک کارد فلزی است و روی صفحه شیارهای فلزی با همان ابعاد برای تقسیم کردن مادهٔ اولیهٔ قرص‌ها به تعداد معینی قرص تعبیه شده است. قرص‌ها را پس از برش اولیه شکل داده خشک می‌کرده‌اند.

آب‌های معطر طبی

آب‌های معطر، محلول‌های اشباع شده اسانس‌های روغنی در آب هستند و اکثراً الکل نیز به آن‌ها اضافه می‌شود. آن‌ها را باید به صورت تازه مصرف نمود و بیش‌تر از یک ماه نباید نگاه داشت.

آب ضد نفخ معده طرفداران زیادی دارد. این آب را از گیاهانی نظیر زیرهٔ سبز، گشنیز، رازیانه، لیمو و نعناع تهیه می‌کنند و طرز تهیه آن به این ترتیب است که اسانس هر یک از گیاهان فوق را به نسبت ۰/۱ گرم در ۲/۴ گرم الکل ۹۵ درجه حل کرده و ۵ گرم تالک و ۱۰۰۰ گرم آب به آن اضافه نموده سپس محلول را صاف می‌کنند. آب قرمز ضد نفخ معده را نیز به طریقه‌ای شبیه به همین روش، تهیه می‌کنند.

شربت‌ها

شربت‌ها محلول‌های غلیظ شکر هستند که با آب یا عصارهٔ گیاهان دارویی تهیه می‌گردند. این شربت‌ها خوراکی‌اند. از میان آن‌ها شربت ترکیبی پونه یا شربت ساده خطمی، تمشک، بارهنگ را می‌توان نام برد. این طرز تهیه گالنیک شربت خصوصاً در طب کودکان که اغلب به‌عنوان ضد سرفه و خلط‌آور به‌کار می‌رود مورد توجه قرار گرفته است.

حب‌ها

فرآوردهٔ سختی هستند که به شکل دقیقی اندازه‌گیری شده و برای مصرف خوراکی به‌کار می‌روند. برای تهیهٔ آن‌ها باید در کنار مواد مؤثرهٔ اصلی از مواد مختلف کمکی دیگری که اغلب ریشهٔ گیاهی دارند (شیرین‌بیان، عصارهٔ شیرین‌بیان، پودر ریشهٔ خطمی، پودر ریشهٔ سنبل‌الطیب، جنتیان، عصارهٔ لوور و غیره) استفاده کرد.

حب‌ها باید کروی‌شکل و نسبتاً نیمه‌سخت و خشک باشند. برای این‌که حب‌ها به هم نچسبند، آن‌ها را به گردهٔ گل‌ها یا پودر ریشهٔ شیرین‌بیان آغشته می‌کنند. تهیهٔ حب کاری پرزحمت است و باید آن‌ها را با دست روی دستگاه حب‌سازی از خمیر اولیه قطعه قطعه جدا کرد. در زمان قدیم حب خردنشده در داروخانه به مقدار زیادی در دسترس بود، ولی امروزه همه، قرص‌های کاملاً آماده را ترجیح می‌دهند.

در بیش‌تر موارد حبّ آهن و آرسنیک به نام حب بلود و حب‌های ملیّن تجویز می‌شده است.

پودر

داروهای خشک شده در بسیاری موارد به شکل پودر مورد استفاده قرار می‌گیرند. منظور شکل بسیار نرم و ریزشدهٔ داروست که قبلاً در مورد آن توضیح داده‌ایم.

پودرها چه به صورت ساده یا مرکب موارد مصرف زیادی دارند. به عنوان پودر ساده (از یک گیاه دارویی) می‌توان از پودر ریوند، قصب‌الذیره یا دیجیتال و به عنوان پودر مرکب از پودر ترکیبی شیرین‌بیان که شامل عناصر دیگری در کنار شیرین‌بیان است، می‌توان نام برد.

برخی پودرها مصرف خارجی دارند.



هیچ داروخانه‌ای نمی‌توانست از داشتن یک هاون برای پودر کردن گیاهان چشم بپوشد. وانگهی هاون غالباً به‌عنوان سمبل و نشان رسمی شغل داروسازی به‌شمار می‌رود.

قرص‌ها

قرص‌ها فرآورده‌های سخت، در اندازه‌های معیّن هستند که از داروها و گیاهان دارویی که به صورت پودر درآمده‌اند تهیه می‌شوند. این فرآورده‌ها که برای مصارف داخلی به‌کار برده می‌شوند، شامل: قرص، دراژه، و پاستیل‌ها هستند که بر حسب مکانیسم جذبشان به صورت‌های مختلف تهیه می‌شوند.

امروزه قرص‌ها به صورت صنعتی ساخته می‌شوند و از فشرده کردن داروها و مواد افزوده شده به آن تهیه می‌گردند.

روی برخی از آن‌ها یک یا دو شیار به صورت صلیب وجود دارد که برای تقسیم نمودن آن‌ها به قسمت‌های مساوی تعبیه می‌شود.

امروزه تنها مواد مؤثرهٔ جدا شده به قرص تبدیل می‌شوند. و توزیع آن‌ها تحت کنترل

شدید بیولوژیک، شیمیایی و بالینی چه از طرف تولیدکنندگان و چه از سوی دولت قرار دارد (تعدادی از آن‌ها: آلکالوئیدهای دیجیتالین، قرص دیژیتوکسین، آستیل دیژیتوکسین، لاناتوزید C، آلکالوئید زنگ گندم، تریاک).

أمپول‌ها یا فرآورده‌های تزریقی

از فرآوردهٔ خالص جدا شده یا تولیدات شیمیایی می‌توان به صورت تزریقی استفاده کرد. این مواد را می‌توان زیر پوست، یا در عضله یا ورید (آتروپین، مرفین، دیژیتوکسین، دی‌هیدروارگوتامین، ارگومترین[1] و برخی مواد دیگر دارویی) و منحصراً تحت کنترل پزشک تزریق کرد.

در برخی موارد (درمان آماس‌ها، بیوامپولسیون[2])، عصاره‌های گیاهی را نیز می‌توان برای شناخت عامل ایجاد آلرژی و تشخیص و درمان تب یونجه که به علت حساسیت به گردهٔ گل به وجود می‌آید تزریق کرد. در این‌گونه موارد از عصارهٔ گردهٔ غلات و دیگر گیاهان استفاده می‌شود.

بخورها

در بخورها از مواد گازی یا فرّار (اسانس‌ها)، مایعات غبارانگیز یا قابل انتشار (آئروسُل)[3] و حتی داروهایی که به صورت پودر بسیار ریز باشند استفاده می‌شود. بخورها برای تأثیرگذاری روی حلق، حفره‌های بینی، گلو و برونش‌ها به طرق مختلف و به کمک دستگاه بخور مورد استفاده قرار می‌گیرند. ضمناً می‌توان دود برخی از داروهای گیاهی را که به شکل پودر یا سیگار ضد آسم باشند استنشاق کرد.

شیاف‌ها

شیاف‌ها فرآورده‌های سختی در اندازه‌های معیّن هستند که به کمک مخلوطی از مواد محرکه و کرهٔ کاکائو یا مادهٔ دیگری که در حرارت بدن آب شود، تهیه می‌شوند. شیاف‌ها اشکال مختلفی دارند و آن‌ها را در مقعد یا مهبل قرار می‌دهند.

1. Atropine, Morphine , Digitoxine, Dihydro Ergotamine, Ergométrine.
2. Bio-impulsions
3. Aérosols

اونگان‌ها[1]

اونگان‌ها فرآورده‌هایی هستند که در حرارت محیط قابل استفاده‌اند و بر اثر حرارت بدن نرم می‌شوند. آن‌ها را روی پوست، مخاط یا بافت‌های آسیب دیده می‌مالند.

اونگان‌ها از دارو و یک حفاظ چرب (وازلین، روغن، لنولین، یا مواد مصنوعی) تشکیل شده‌اند. در کنار اونگان‌های معمولی خمیرهای سخت هم وجود دارد و در روش‌های زیبایی نیز کرم‌هایی (که خمیرهای لطیفی با غلظت‌های مختلف تا بیش از ده درصد آب هستند) وجود دارند.

کرم‌ها و صابون‌های دارویی

کرم‌ها را روی پوست می‌مالند. کرم‌ها در حرارت بدن روی پوست می‌چسبند و نرم نمی‌شوند. در کنار مواد متشکله کرم، مواد و عناصر مختلفی نظیر نمک‌های سرب، اسیدهای چرب، رزین‌ها و عصاره‌های گیاهی (فلفل، خردل) نیز دیده می‌شود.

صابون‌های دارویی اغلب محتوی گیاهان دارویی و نیز گوگرد، قطران، غان و اسانس‌های روغنی مختلفی هستند.

1. Onguents

گیاه‌درمانی

گیاه‌درمانی مجموعه مراقبت‌های درمانی است که مستقیماً از داروهای گیاهی سود می‌جوید. داروهای گیاهی ممکن است به ساده‌ترین شکل خود (دم‌کرده‌های ساده یا مرکب) یا به شکل تهیه شده به طرق گالنیک (تنطور، عصاره، مرهم) مورد استفاده قرار گیرند. گیاه‌درمانی یک قسمت از دارو درمانی را شامل می‌شود. امروزه گیاه‌درمانی تولّدی دوباره چه در زمینهٔ بیماری‌های داخلی و چه بیماری‌های پوستی و بهداشت زیبایی (صابون‌ها، آب‌ها، پودر و دئودورانت‌های گیاهی) و بالاخره حمام درمانی (حمام‌ها و کمپرس‌ها) یافته است.

دم‌کرده‌ها و مخلوط‌های گیاهی برای جوشانده‌ها

داروهای گیاهی بر حسب میزان مواد مؤثره مختلف بسیار پیچیده‌اند. دامنهٔ تأثیر آن‌ها اغلب بسیار گسترده است و بستگی به این دارد که از گیاهان به تنهایی (بابونه) استفاده کنیم یا مخلوطی از آن‌ها را مورد استفاده قرار دهیم. تأثیر آن‌ها ممکن است به مقدار مواد مؤثره و روش‌درمانی، نوع و مدت نگهداری آن‌ها بستگی داشته باشد. مقدار مصرف، نوع مصرف و تجمع مواد مؤثره در بدن نیز از عوامل مهم به‌شمار می‌روند. داروهای گیاهی بر حسب نوع و اثرشان به دسته‌های زیر تقسیم می‌شوند:

۱. داروهای ساده با یک اثر انحصاری (دیجیتال و گلوکوزیدهای قلبی آن‌که روی عضله قلب تأثیر می‌گذارند.)

۲. داروهای مخلوط با اثرات مکمل (دم‌کرده‌هایی که درصورت التهاب مجاری ادرار مصرف می‌شوند).

۳. داروهای مخلوط کمکی (جوشانده‌های معرّق).

۴. داروهای مخلوط چند منظوره با اثرات مختلف (دم‌کرده‌هایی که در صورت وجود ناراحتی‌های مختلفی نظیر ناراحتی عصبی، اشکال در اعمال بدن به علت یائسگی، یا در دوران نقاهت مصرف می‌شوند).

گیاه‌درمانی در برخی مواقع اثر کمک درمانی نیز دارد (نظیر درمان دیابت یا بیماری عفونی که درمان کلی به کمک دیگر داروها انجام می‌شود). جهت تهیهٔ مخلوط برای

جوشانده، ترکیباتی که به‌وسیلهٔ روش گالنیک تهیه می‌شوند به دسته‌های زیر تقسیم می‌شوند:

الف) ترکیبات اساسی که جهت درمان یا اصل درمان را مشخص می‌کنند.

ب) داروهای کمکی که اثرات داروی اصلی را تقویت یا تکمیل می‌کنند.

ج) دیگر ترکیبات، اکسیپیانت‌ها[1] که روی مزه، بو و شکل نهایی دارو تأثیر می‌گذارند و عبارتند از اسانس‌ها، شیرهٔ گیاهان، عسل، شکر و غیره.

برای تهیه جوشانده باید همیشه از ظروف شیشه‌ای، چینی یا لعابی استفاده کرد و از به‌کار بردن ظروف فلزی جداً اجتناب نمود. چرا که در صورت وجود تانن ظرف عکس‌العمل نشان خواهد داد. همچنین باید مراقب مقدار آب مصرفی نیز بود، حتی در برخی مواقع بهتر است مقدار آبی را که برای تهیهٔ جوشانده به‌کار می‌رود اندازه‌گیری کرد؛ خصوصاً در بعضی بیماری‌ها که مصرف مقدار زیاد مایعات می‌تواند مضر باشد (بیماری‌های قلبی، کلیوی). برای به دست آوردن بیش‌ترین مقدار مواد مؤثره باید به دقّت درجهٔ حرارت آب را مورد توجه قرار داد. گیاهانی که از نظر اسانس غنی هستند نباید جوشانده شوند، زیرا مواد مؤثرهٔ گیاه از حرارت ۶۰ درجهٔ سانتیگراد به بالا شروع به از بین رفتن می‌کند (بابونه، نعناع). برای تهیهٔ خیسانده جهت دفع نفخ نیاز به گیاهانی است که سرشار از اسانس باشند (زیره سبز، گشنیز، رازیانه). در این‌جا به روش زیر عمل می‌شود: دانه‌های فوق‌الذکر را با شکر می‌سایند و بلافاصله می‌جوشانند تا اسانس آن‌ها مستقیماً در مایع حل گردد که به قدر کافی شیرین نیز هست.

دم‌کرده‌های درمانی را معمولاً سه بار در روز مصرف می‌کنند. یک بار صبح ناشتا یک ربع قبل از صبحانه (که باعث می‌شود تا مواد مؤثره دم‌کرده راحت‌تر جذب شوند)؛ نوبت دوم حدود ساعت ۵ بعد از ظهر و بالاخره بار سوم باید شب، هنگام خواب مصرف گردد. جوشانده‌هایی که باعث تعرق می‌شوند باید در رختخواب و به صورت گرم نوشیده شوند.

دم‌کرده‌های ملین را نیز باید شب‌ها مصرف کرد، چون اثرات آنتراکنین پس از ۸ تا ۱۰ ساعت آشکار می‌شود. جوشانده‌های مدر و معرّق و مسهل‌های صفراوی باید به صورت تلخ و گرم مصرف شوند. در صورت وجود ناراحتی‌های روده‌ای شکر توصیه نمی‌شود و مسلماً در صورت ابتلا به دیابت ممنوع است.

۱. چاشنی‌ها

مقدار مصرف برای تهیه دم‌کرده‌ها

	شاخه، برگ‌ها، گل‌ها	ریشه‌ها، ساقه‌های زیرزمینی، دانه‌ها	میلی‌لیتر آب
قاشق مرباخوری	۲/۵ ـ ۱/۵ گرم	۵ـ۳ گرم	۵ میلی‌لیتر
قاشق سوپخوری	۵ـ۳گرم	۱۰ـ۶ گرم	۱۵میلی‌لیتر
فنجان			حدوداً ۱۰۰میلی‌لیتر
لیوان			حدوداً ۱۵۰ میلی‌لیتر

چند دستورالعمل برای تهیه دم‌کرده دارویی

● جوشاندهٔ تلخ

ترکیبات: افسنتین ۲۰۰ گرم، قنطریون صغیر ۲۰۰ گرم، شبدر آبی ۱۵۰ گرم، ریشهٔ قصب‌الذیره ۱۰۰ گرم، ریشهٔ جنتیان ۱۰۰ گرم.

طرز تهیه: سرشاخه‌های افسنتین، قنطریون صغیر، شبدر آبی، ریشهٔ قصب‌الذیره، و ریشهٔ جنتیان را تمیز کرده سپس خرد می‌کنند.

موارد مصرف: مخلوط تلخ جهت تقویت معده.

طرز تهیه و مقدار مصرف: ۲ قاشق سوپخوری را در ۱۰۰ میلی‌لیتر آب سرد می‌ریزند و می‌گذارند حدود ۸ ساعت خیس بخورد. پس از صاف کردن آن ۱۰۰ میلی‌لیتر آب جوش روی خیسانده می‌ریزند و کمی می‌جوشانند. یک بار دیگر این جوشانده را صاف کرده با مایع اول مخلوط می‌کنند و به صورت ولرم هر بار یک لیوان نیم ساعت قبل از غذا و دو بار در روز مصرف می‌نمایند.

● جوشاندهٔ قابض، ضد اسهال

ترکیبات: میوهٔ مورد ۳۲۰گرم، ریشهٔ انجبار ۲۰۰ گرم، ریشه گیاه توت روباه ۲۰۰ گرم، گل بابونه ۷۰ گرم، برگ مریم گلی، نعناع، ریشهٔ شیرین‌بیان از هر یک ۷۰ گرم.

طرز تهیه و مقدار مصرف: این گیاهان را پاک و مخلوط می‌کنند. مخلوط را در ۲۵۰ میلی‌گرم آب ریخته، یک ربع ساعت در یک ظرف سرپوشیده دم نموده سپس صاف

می‌کنند. دم‌کرده نباید بجوشد. آن را سه بار در روز پس از غذا بدون شکر و به صورت گرم می‌نوشند.

مقدار مصرف: یک قاشق سوپخوری (۵گرم)

مورد مصرف: اسهال همراه با گاستریت (ورم معده)، سوءهاضمه.

● **دم‌کرده بادشکن**

ترکیبات: نعناع ۲۵۰ گرم، گل بابونه ۲۵۰ گرم، رازیانه ۱۰۰ گرم، ریشهٔ شیرین‌بیان ۲۰۰ گرم، ریشه خطمی ۲۰۰ گرم.

طرز تهیه: نعناع، ریشهٔ خطمی و ریشهٔ شیرین‌بیان و گل بابونه را با هم مخلوط نموده میوهٔ رازیانه را ابتدا ساییده، سپس یک قاشق سوپخوری شکر به آن اضافه نموده با دیگر گیاهان مخلوط کرده ۱۵۰ میلی‌لیتر آب روی ۳ قاشق سوپخوری از مخلوط حاصل می‌ریزند و می‌گذارند که حدود ۸ ساعت خیس بخورد. سپس آن را صاف کرده ۱۵۰ میلی‌لیتر آب جوش روی خیسانده مزبور ریخته آن را برای مدت بسیار کوتاهی می‌جوشانند. هنگامی که قسمت‌های سخت از هم باز شدند آن را دوباره صاف می‌کنند و دو مایع به دست آمده را با یکدیگر مخلوط کرده، نیم ساعت قبل از هر غذا می‌آشامند.

مورد مصرف: بادشکن (ضد نفخ)

● **جوشانده، مسهل صفرا**

ترکیبات: ریشهٔ زنجبیل شامی ۱۵۰ گرم، ساقه زیرزمینی ریوند ۱۵۰ گرم، ریشهٔ اونونیس خاردار ۱۵۰ گرم، شاخه برگ‌دار غافث ۴۰۰گرم، شاخه برگ‌دار فراسیون سفید ۱۵۰گرم و برگ تمشک ۵۰گرم.

طرز تهیه و مقدار مصرف: گیاهان فوق را الک کرده با هم مخلوط می‌کنند. یک قاشق سوپخوری (۵ گرم) از این مخلوط را در ۲۵۰ میلی‌لیتر آب جوش می‌ریزند و به مدت یک ربع ساعت در یک ظرف سرپوشیده دم می‌کنند، سپس آن را صاف و دوبار در روز، ناشتا و قبل از غذا می‌نوشند.

مورد مصرف: عفونت کیسه صفرا و مجاری صفراوی.

● **جوشانده مدّر**

ترکیبات: ریشهٔ اونونیس ۲۵۰ گرم، ریشهٔ جعفری ۲۵۰ گرم، شاخهٔ برگ‌دار دم اسب ۱۰۰ گرم، برگ تمشک ۱۰۰ گرم، برگ درخت غان ۲۵۰ گرم.

مقدار مصرف و طرز تهیه: همه را کاملاً با هم مخلوط نموده سپس گرد و غبار ریشهٔ اونونیس، ریشهٔ جعفری، شاخهٔ برگ‌دار دم‌اسب و برگ تمشک و غان را با رد کردن از الک ریز از آن‌ها جدا می‌کنند. یک قاشق سوپخوری (۵ گرم) این مخلوط را در ۲۵۰ گرم آب جوش ریخته آن را به مدت یک ربع ساعت در یک ظرف سرپوشیده دم می‌کنند، سپس آن را صاف کرده به صورت ولرم سه بار در روز مصرف می‌کنند.

مورد مصرف: مدّر

● **جوشاندهٔ ملیّن**

ترکیبات: پوست نرپرون ۴۰ گرم، تارترات سدو-پتاسیک ۶ گرم، اسیدتارتریک ۴ گرم، ۱۰ گرم آب، میوهٔ رازیانه ۱۰ گرم، گل زیزفون ۲۰ گرم، گل آقطی ۲۰ گرم.

طرز تهیه و مقدار مصرف: ۶ گرم تارترات سدوپتاسیک را در ۶ گرم آب ولرم حل نموده ۲۵ گرم پوست نرپرون را در این محلول خیس می‌کنند. ۱۵ گرم باقی‌ماندهٔ پوست نرپرون را با ۴ گرم آب باقی‌مانده و ۴ گرم اسید تارتریک خیس کرده، پس از آن پوسته‌های خیسانده را در لایه‌های نازک در حرارت ۳۰ تا ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. این پوسته‌ها را با میوهٔ رازیانه که کمی خرد شده باشد و گل زیزفون و گل آقطی سیاه مخلوط کرده با ۲۵۰ میلی‌لیتر آب جوش روی یک قاشق سوپخوری (۵ گرم) از این مخلوط ریخته نیم‌ساعت آن را در یک ظرف دربسته دم می‌کنند. سپس محلول حاصل را صاف نموده یک بار در روز به طور ولرم و ترجیحاً در شب مصرف می‌کنند.

● **جوشاندهٔ سنبل‌الطیب**

ترکیبات: ریشهٔ سنبل‌الطیب ۲۳/۵ گرم، گل سرخ ولیک ۱۶/۵ گرم، میوهٔ رازک ۱۰ گرم، اسطوخودوس ۱۰ گرم، بادرنجبویه ۱۰ گرم، یولاف ۱۰ گرم، پوست درخت بید ۶/۵ گرم، برگ نعنای فلفلی ۳/۵گرم.

مورد مصرف: آرامبخش و مقوی اعصاب است و با تحریک اعصاب و بی‌خوابی مبارزه می‌کند.

طرز تهیه و مقدار مصرف: گیاهان فوق را مخلوط و پاک‌کرده، ۲۵۰ گرم آب جوش روی یک قاشق سوپخوری (۵گرم) از مخلوط ریخته یک ربع ساعت در یک ظرف دربسته بدون این‌که بجوشد دم می‌کنند. سپس آن را صاف کرده سه فنجان در روز مصرف می‌نمایند.

● **جوشانده برای سینه**

ترکیبات: گل پامچال ۴۰ گرم، گل ماهور ۴۰ گرم، لیخن ۱۰۰ گرم، دانهٔ رازیانه ۵۰ گرم، ریشه شیرین‌بیان ۱۰۰ گرم، نعناع ۱۰۰ گرم، برگ بارهنگ ۱۵۰ گرم، ریشهٔ خطمی ۲۰۰ گرم، برگ گیاه سعال ۲۲۰ گرم.

طرز تهیه و مقدار مصرف: گیاهان فوق را پاک و با هم مخلوط می‌کنند، ۲۵۰ گرم آب جوش روی یک قاشق سوپخوری (۵ گرم) از این مخلوط می‌ریزند و در یک ظرف دربسته یک ربع ساعت دم می‌کنند. سپس آن را صاف نموده به طور گرم سه بار در روز می‌آشامند.

مورد مصرف: اکسپکتورانت و ضد سرفه. همچنین در درمان ناراحتی‌های مزمن و حاد مجرای تنفسی به عنوان داروی کمکی و مکمل نیز به‌کار می‌رود.

● **جوشاندهٔ مدّر**

ترکیبات: برگ بوسرول ۲۰ گرم، برگ درخت غان ۲۵ گرم، ریشهٔ جعفری ۲۵ گرم، بومادران ۵ گرم، گزنه ۵ گرم، آقطی سیاه ۵ گرم.

طرز تهیه و مقدار مصرف: گیاهان فوق را پس از تمیز کردن با هم مخلوط نموده با ۲۵۰ گرم آب جوش روی یک قاشق سوپخوری (۵ گرم) از این مخلوط ریخته به مدت یک ربع ساعت در یک ظرف در بسته دم می‌کنند. سپس آن را صاف نموده به صورت گرم سه بار در روز مصرف می‌کنند.

مورد مصرف: ادرارآور است و به عنوان مکمل در درمان ناراحتی‌های مجاری ادرار به‌کار می‌رود.

● **جوشاندهٔ خطمی برای غرغره**

ترکیبات: برگ خطمی ۵۵۰ گرم، ریشه خطمی ۲۵۰ گرم، ریشهٔ پوست کندهٔ شیرین‌بیان ۱۵۰ گرم، گل پنیرک ۵۰ گرم.

طرز تهیه و مقدار مصرف: گیاهان نام برده را تمیز و مخلوط نموده با افزودن ۲۵۰ گرم آب جوش روی دو قاشق سوپخوری (۱۰ گرم) از مخلوط حدود ۲۰ دقیقه دم می‌کنند، سپس آن را صاف نموده غرغره می‌کنند.

شربت میوه‌ها

آب میوه را از میوه‌های تازه یا خشک گوشتدار (سیب، توت‌فرنگی، شاه‌توت، انگور

فرنگی، مورد، پستانک، میوهٔ نسترن) و برخی از سبزیجات (گوجه‌فرنگی، کلم، سیر) می‌گیرند. از آب هویج برای تغذیه نوزادان نیز استفاده می‌شود.

قبل از فشردن میوه‌ها، میوه‌های کم‌گوشت یا خشک (میوهٔ نسترن) باید در آب خیسانده شوند. آب میوه را به تنهایی یا همراه با آب و احتمالاً با اضافه کردن شکر می‌توان نوشید. البته محلول‌های ناپایدار را نمی‌توان از قبل تهیه کرد. درعین حال آب میوه‌ها را می‌توان در درجه حرارت پایین و برخی مواقع با اضافه‌نمودن ضدعفونی‌کننده‌ها (اسید سیتریک یا سالیسیلیک) برای مدتی نگهداری کرد. آب میوه‌های تازه خصوصاً سرشار از ویتامین هستند و ممکن است محتوی عناصر درمانی نیز باشند. آن‌ها به شخص طراوت و تازگی می‌بخشند و اثرات مناسبی در درمان‌ها دارند. همچنین کالری آب‌میوه‌ها کم است که از این امر در رژیم‌های لاغری نیز استفاده می‌شود. آب میوه را می‌توان جانشین میوه کرد. در روش‌های ویتامین‌درمانی از گیاهانی نظیر: بولاغ‌اوتی، ترهٔ کوهی، ریشه خردل، گزنه، شیرینک، کاهوهای مختلف، سلمه‌تره و غیره که سرشار از ویتامین‌ها هستند استفاده می‌شود.

شربت اَقطی سیاه یا پَلَم

در یک ظرف سنگی یا لعابی ۲/۵ کیلوگرم میوه آقطی سیاه را همراه با شاخه‌های آن ریخته ۲ لیتر آب جوش نیز همراه با ۲۰ گرم اسید سیتریک روی آن می‌ریزند و در ظرف را می‌بندند و می‌گذارند تا مخلوط حدود ۲۰ ساعت خیس بخورد. سپس آن را در آسیا سبزیجات خرد می‌کنند. به ژله به دست آمده کمی وانیل یا یک قطعه پوست دارچین برای معطر کردن اضافه کرده به مدت یک ربع ساعت می‌جوشانند. سپس ۸۰۰ گرم شکر برای هر کیلو از آن به ژله اضافه نموده حدود ده دقیقه دیگر می‌جوشانند. این شربت را به صورت گرم در بطری می‌ریزند و در آن را محکم می‌بندند و به موقع مورد استفاده قرار می‌دهند.

شربت تازهٔ انگور فرنگی سیاه

۲/۵ کیلو از این میوه را (به صورت تازه) خوب شسته در آبکش می‌ریزند تا آبش گرفته شود. سپس آن را در یک ظرف سنگی یا لعابی می‌ریزند و ۲ لیتر آب جوش همراه با ۲۰



شربت انگور فرنگی سیاه از نظر دارویی بسیار باارزش است. سوای ویتامین ث این گیاه دارای عناصر باارزشی است که مورد نیاز بدن انسان می‌باشد.



آقطی سیاه گیاهی است که گل‌ها و میوه‌های آن‌که دانه‌های سیاهی هستند برای تهیه شربت جهت درمان بیماری‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد.

گرم اسید سیتریک یا تارتریک به آن اضافه نموده ۲۴ ساعت در یک محل خنک قرار داده آن‌گاه بدون این‌که میوه‌ها را لِه کنند با یک الک که دارای شبکه نایلونی باشد، صاف می‌کنند.

به اندازهٔ وزن شربت به دست آمده به آن شکر اضافه کرده هم می‌زنند، تا شکر در آن حل شود. هنگامی که شکر حل شد این شربت خام را در بطری ریخته در آن را با یک سرپوش، پارافین یا سلوفان محکم می‌بندند.

این شربت را در طول سال هر روز به میزان یک قاشق سوپخوری به صورت خالص یا در چای برای حفاظت خود در برابر سرماخوردگی میل می‌کنند.

به همین طریق می‌توان شربت‌هایی از تمشک، شاه توت، آلبالو و گیلاس، انگور فرنگی قرمز و توت فرنگی تهیه کرد.

حمام‌درمانی (حمام و کمپرس همراه با گیاهان)

«مصرف خارجی عصاره یا جوشاندهٔ گیاهی (حمام گیاهی) دارای اثرات درمانی از طریق

تبادل مواد محرکه بین آب حمام و بدن است. موادی که در آب حمام وجود دارند از طریق پوست در بدن نفوذ می‌کنند و برعکس مواد سمی موجود در بدن از همین طریق از بدن دفع می‌شوند.

حمام‌درمانی در برخی موارد از قبیل بیماری‌های مجرای تنفسی، سرماخوردگی، سل ریوی، ترشح بیش از حد تیروئید، صرع، حالات عفونی، ضعف و بی‌حسی عمومی و غیره مضر است.

حمام‌درمانی یک رشته اثرات خاص از خود بر جای می‌گذارد. در اکثر موارد بهبودی در حال عمومی از سومین تا ششمین روز درمان احساس خواهد شد، با وجود این لازم است که درمان تا زمانی که تجویز شده است، ادامه یابد. این حمام‌ها یا کامل (در وان) یا جزئی (محدود به اعضا، دست‌ها و پاها) هستند. مدت حمام گرفتن بین ۱۰ تا ۳۰ دقیقه متغیر است. برای کودکان ۵۰ تا ۳۰۰ گرم گیاه برای یک حمام کامل و برای بزرگسالان ۲۵۰ تا ۸۰۰ گرم گیاه مورد نیاز است. ابتدا آب را داغ نموده سپس با آب سرد درجهٔ آن را تنظیم می‌کنیم. معمولاً جوشانده را در یک ظرف تهیه می‌کنند و پس از صاف کردن به وسیلهٔ پارچه‌ای آن را در وان می‌ریزند.

حمام‌های ساده می‌توانند بر اساس استفاده از اسانس‌ها (نعناع، اکلیل کوهی، بابونه، پونه، اسطوخودوس، سعتردشتی، سرو کوهی)، تانن‌ها (مریم‌گلی، برگ گردو، پوست بلوط) یا دیگر مواد مؤثره بر حسب گیاه به‌کار برده شوند. برای حمام‌های زیبایی یا لاغرکننده به مخلوطی از گیاهان دارویی نیاز است و این مخلوط‌ها معمولاً فقط در منزل تهیه می‌شوند.

کمپرس‌ها چیزی جز حمام خلاصه شده نیستند. پس از جوشاندن دارو یا مخلوط، آن را روی یک پارچه یا گاز قرار داده زخم را به وسیلهٔ آن با کمک پارچه‌ای پشمی می‌پوشانند. درجه حرارت آن نیز نباید از ۶۰ درجه سانتیگراد تجاوز کند.

حمام‌های زیبایی

بهداشت و زیبایی و زیباسازی مانند علم پزشکی روز به روز بیش‌تر به سوی گیاه‌درمانی می‌رود. این تمایل به دلیل کشفیات جدیدی است که در زمینهٔ بیوشیمی و فیزیولوژی عناصر جدا شده از گیاهان دارویی به وقوع پیوسته است. گیاهان دارویی منبع

سهل‌الوصولی از مواد بسیار مؤثری هستند که ترکیباتشان شبیه موادی است که در متابولیسم بدن انسان به‌کار رفته و بنابراین به سادگی به وسیلهٔ بدن انسان قابل جذب هستند. این مواد، برخلاف مواد تولیدشده از طریق سنتزهای شیمیایی، به ندرت اثرات جنبی (به عنوان مثال ایجاد حساسیت) از خود برجای می‌گذارند. اکثر مواد مصنوعی در واقع نه در متابولیسم بدن شرکت می‌کنند و نه در ترمیم و بازسازی سلول‌ها و بافت‌ها. و مصرف طولانی آن‌ها حتی ممکن است باعث مسمومیت یا فعل و انفعالات سمی در سطح پوست شود. برعکس تمام عناصر گیاهی (مادهٔ ملونهٔ پوست، آنتی‌بیوتیک‌ها، هورمون‌ها، تانن‌ها) در اشکال مختلف (کرم، ماسک، لوسیون‌های تقویتی و غیره) از خود اثرات درمانی مناسبی نشان می‌دهند.

مواد گیاهی زیبایی را می‌توان به صورت خارجی یا داخلی مصرف کرد. چیزی که نشانگر اصل فیزیولوژی زیبایی است بستگی به وضعیت سطحی پوست و طبقهٔ زیرین آن و ناخن، مو و مژه و حالت کلی بدن و متابولیسم و خصوصاً وضع کارکرد سیستم هاضمه، تعادل سیستم عصبی و گردش خون دارد. و معنای آن این است که این دور در انتها بستگی به تعادل سیستم هورمونی بدن دارد.

بنابراین شرط اول برای این‌که درمان زیبایی مؤثر واقع شود، این است که شخص به متابولیسم صحیح دست بیابد و در تغذیهٔ خود از مواد گیاهی مصرف کند و از مصرف الکل، دخانیات، و غذاهای پر ادویه خودداری ورزد.

چون جوشانده‌ها روی متابولیسم اثر می‌گذارند و کار سیستم هاضمه را تنظیم نموده سیستم اعصاب نباتی را آرام می‌کنند، طبیعتاً اثرات مثبتی بر زیبایی نیز دارند. در این مورد از موادی نظیر عصاره و شیرهٔ گیاهان تازه و برخی مواقع جوشانده (گیاه باباآدم، کارلین، الکمی، کرفس و غیره) استفاده می‌شود.

تنظیم متابولیسم و آرامش عمومی بدن که در ارتباط با احساس آرامش فیزیکی و درونی است و خواب عمیق و کافی نیز از عواملی هستند که سلامتی بدن را تضمین می‌کنند. حمام‌های معطر که بر اساس رزین‌ها و جوشانده‌های گیاهان دارویی (اسطوخودوس، بابونه، پونه) استوارند مکمل بسیار خوبی برای این اصول هستند. در واقع اسانس‌های روغنی این گیاهان نه تنها به بدن طراوت و تازگی می‌بخشند و آن را آرام می‌کنند، بلکه به شکلی کلی برای مجموعهٔ بدن سودمندند.

برخی عناصر اثر ترمیم و بازسازی روی پوست بدن دارند (و حتی می‌توان گفت که پوست را جوان می‌کنند) و آن را سفید و نرم می‌سازند. این عناصر خصوصاً از آزولن‌ها، مواد لعابدار برخی از تانن‌ها و ویتامین‌ها تشکیل شده‌اند. آزولن‌ها در بعضی اسانس‌های طبیعی و خصوصاً در بابونهٔ رومی و بابونهٔ شیرازی موجود هستند. ترکیبی از تانن‌ها و مواد لعابدار که از بنفشه فرنگی مزارع به دست می‌آید اثر خوبی از قبیل پوشاندن سطح پوست، جمع کردن و سفید نمودن، همچنین اثر ضد ویروسی دارد. اثرات ترمیمی و بازسازی ویتامین‌ها خصوصاً در صورت مصرف ماسک‌های تقویتی ظاهر می‌گردند. اگر این ماسک‌ها از میوه‌های وحشی جنگلی، میوه‌ها و برخی سبزیجات معمولی تهیه شوند، تأثیر بیش‌تری خواهند داشت.

برخی اسانس‌های روغنی تشکیل چین و چروک‌ها را متوقف می‌سازند؛ از جمله اسانس گل‌های اکلیل کوهی و اسطوخودوس. تنطورهای الکلی این گیاهان نیز به عنوان داروی ضدچین و چروک عالی شناخته شده است. مصرف طولانی آن‌ها حتی چین و چروک‌های تشکیل شده را نیز کاهش می‌دهد.

چین‌های زیر چشم‌ها و بادکردگی پلک چشم را با کمپرس‌های متناوب گرم و سرد اکلیل دارویی می‌توان درمان کرد و تورم پلک‌ها (جوش پلک‌ها) را نیز می‌توان به همین طریق تسکین بخشید. آزولن موجود در بابونه نیز به همین ترتیب اثر می‌کند. جوشاندهٔ بابونه که با شیر رقیق شده باشد (۱/۱)، سرخی و تحریکات پوستی و مخاطی را کاهش می‌دهد.

آلانتوئین[1] که در ریشهٔ سنفیتون یافت می‌شود و برای تهیهٔ پماد دارویی مورد استفاده قرار می‌گیرد جریان ترمیم و بازسازی بافت‌ها را تسریع می‌سازد. تولیداتی که علیه لک و خال پوستی به‌کار برده می‌شوند دارای مقدار زیادی ویتامین A و C هستند (شربت میوه‌ها و سبزیجات، ریشهٔ خردل، لیمو، خیار، گوجه‌فرنگی، ترب و کرفس).

بی‌رنگ شدن این لکه‌ها بدین شکل صورت می‌گیرد که مقدار زیاد ویتامین C از تولید خال قهوه‌ای در پوست جلوگیری نموده ویتامین A، جریان ترمیم پوست را تحریک می‌کند.

1. Allantoïne

عوامل آنتی‌بیوتیک و ضدعفونی‌کننده نظیر آزولن‌ها و تانن‌ها علیه ناراحتی‌های عفونی پوستی از قبیل تبخال دِرمیت، عفونت چرکی ناخن و غیره به‌کار می‌روند.

موادی که برای بهداشت مویرگ‌ها به‌کار برده می‌شوند گروهی جداگانه‌اند. برای موهای چرب، شوره و ریزش مو می‌توان از جوشانده یا دم‌کردهٔ زبان گنجشک و بید (اسید سالیسیلیک)، ریشهٔ چوبک (ساپونین که کف زیادی تولید می‌کند) و گزنه و قصب‌الذیره به عنوان شامپو استفاده کرد. موهای خیلی کلفت را می‌توان به‌کمک محلول عصارهٔ الکلی گزنه، باباآدم و قصب‌الذیره شستشو داد (۵۰۰گرم الکل را روی حدود ۱۰ گرم گیاه خشک ریخته پس از دو هفته خیس خوردن صاف نموده ۵۰گرم الکل سالیسیلیک به مایع به‌دست آمده اضافه می‌کنند). برای شفاف و درخشان نمودن موها باید آن‌ها را با ریشهٔ بابا آدم، ریشهٔ بابونه، مریم‌گلی یا قصب‌الذیره شست. برعکس برای پررنگ‌نمودن موها از پوست سبز گردو استفاده می‌کنند. برای این کار پوست سبز گردو را به قطعات کوچکی بریده روی آن الکل ریخته در آفتاب قرار می‌دهند تا هنگامی که خیسانده به رنگ قهوه‌ای درآید. سپس آن را صاف نموده با گلیسرین به نسبت ۱/۱ مخلوط کرده موها را با آن ماساژ می‌دهند.

هنوز بسیاری از مسائل گیاه‌درمانی در زمینهٔ زیبایی گیاهی ناشناخته مانده است. در عین حال بسیاری از محققین و متخصصین زیبایی مواد گیاهی را در آینده حافظ زیبایی و درمان‌کننده می‌دانند.

شرح گیاهان همراه با تصویر

† = گیاهان سمی

بومادران[1]

Achillea millefolium L.

دوران گل‌دهی: اواخر فروردین تا اواخر خرداد

زمان برداشت: اردیبهشت تا اواخر تیرماه





(تیرهٔ مرکّبان)؛ بومادران گیاهی است علفی، چند ساله، با ساقهٔ افراشته که در انتهای ساقه و شاخه‌ها، خوشه‌های گل مرکب به رنگ سفید یا زرد دیده می‌شود. برگ‌های این گیاه سرنیزه‌ای‌شکل و دو تا سه شانه‌ای و میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در نقاط مختلف اروپا و آسیا می‌روید و به خوبی شناخته شده است.

قسمت‌های قابل استفاده عبارتند از: اندام‌های جوان، شاخه‌های برگ‌دار و گاهی تنها گل‌های آن. سرشاخه‌های گلدار را در اوایل فصل گل‌دهی می‌چینند و در حرارت طبیعی یا مصنوعی (تا ۳۵ درجه سانتیگراد) خشک کرده در محلی خشک و تاریک نگهداری می‌کنند. این گیاه محتوی نوعی اسانس روغنی است که از تقطیر متریسین[2] موجود در آن به‌دست می‌آید. این روغن، به دلیل وجود آزولن[3] در آن، آبی‌رنگ است. بومادران همچنین محتوی آلکالوئیدها، آشیلین،[4] استیشبدرین،[5] تانن‌ها، عصارهٔ تلخ و دیگر مواد است. از این گیاه در درمان داخلی برای ناراحتی‌های گاستریک، اسهال و نفخ شکم و همچنین به‌عنوان عامل انعقاد خون و برای تسکین دردهای عادت ماهانه استفاده می‌کنند. برای تهیه جوشانده دو قاشق چایخوری از این گیاه را در یک فنجان آب می‌ریزند و در طول روز صرف می‌کنند. باید تذکر داد که بومادران را نباید به مقدار زیاد یا در مدتی طولانی مصرف نمود. جوشاندهٔ این گیاه که غلظت آن دو برابر جوشاندهٔ قبلی باشد برای گذاشتن روی زخم‌های چرکی، جوش‌ها، اگزما و برای شستن دست‌های ترک‌خورده و همچنین غرغره به کار می‌رود.

1. Mille-Feuille
2. Matricine
3. Azulénes
4. Achilléine
5. Stychydrine

پتارمیک، گیاه عطسه[1]

Achillea ptarmica L.

دورهٔ گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: ساقه‌های زیرزمینی: شهریور تا مهر



گیاهی است چند ساله با ریزوم خشبی و خزنده و ساقه‌های افراشته و برگ‌های متناوب و نیزه‌ای‌شکل. گل این گیاه در خوشه‌های باز و میوهٔ آن فندقه است. از همهٔ قسمت‌های گیاه عطر خوشایندی متصاعد می‌شود. انواع این گیاه در تمام اروپا تا قفقاز و سیبری یافت می‌شود؛ این گیاه به خاطر کشت آن به امریکا برده شده است. گیاهی است که در اماکن مرطوب، و در کنار جویبارها، گودال‌ها، مرغزارهای مرطوب، دشت‌ها تا کوهپایه‌ها می‌روید. این گیاه از قرن شانزدهم به عنوان گیاهی دارویی و تزیینی کشت می‌شود.

این گیاه را به دلیل ریزوم و برخی مواقع گل‌ها و شاخه‌های برگ‌دارش جمع می‌کرده‌اند. ریزوم‌ها را در سال دوم کشت از زیر زمین بیرون می‌آورند و به خوبی می‌شویند و قسمت‌های سبز آن را جدا نموده در سایه‌ای که هوا جریان داشته باشد یا در خشک‌کن با حرارتی که از ۳۵ درجه تجاوز ننماید خشک می‌کنند. قسمت‌های مؤثر آن دارای نوعی اسانس روغنی است که فعالانه علیه ضعف در اعمال بدن، کم‌اشتهایی و ناراحتی‌های مجاری ادرار مبارزه می‌کند. این ماده در صورت وجود اشکال در عمل دفع نیز مؤثر بوده مسهل صفرا و تنظیم‌کنندهٔ مواد دفعی است و ضمناً درد دندان و روماتیسم را نیز کاهش می‌دهد. از این گیاه به شکل دم‌کرده به مقدار دو قاشق مرباخوری ریزوم خرد شده برای دو فنجان در هر روز استفاده می‌گردد. علاوه بر این ریزوم آن را می‌توان جوید.

ضمناً پتارمیک یک گل تزیینی پرطرفدار است و اغلب نوع پُر پَر آن را کشت می‌کنند.

1. Ptarmique, Herbe á Éternuer

آقونیطون یا گرگ‌کُش[1]

Aconitum napellus L.

دورهٔ گل‌دهی : خرداد تا شهریور

† **زمان برداشت: خرداد تا مهر**



(تیرهٔ آلاله)؛ گیاهی است پایا با ساقه افراشته و ریشهٔ پیازی و برگ‌های متناوب پنجه‌ای. در قسمت فوقانی ساقه یک خوشه گل به صورت منشعب دیده می‌شودکه از گل‌های آبی و به شکل کلاهخود تشکیل شده است. میوهٔ آن بادکرده است. نوع اروپایی آن در تمام منطقه معتدله تا سوئد یافت می‌شود و به طور خودرو در بیشه‌زارهای تاریک و جنگل‌های پهن‌برگ می‌روید. این گیاه در بسیاری از کشورها تحت حمایت قرار دارد و آن را برای تهیه دارو در صنعت داروسازی به مقدار زیاد کشت می‌کنند.

جهت تکثیر از پیاز گیاه استفاده می‌شود. قسمت قابل استفاده نیز پیازها هستند که پس از درآوردن از خاک و تمیز کردن باید آن‌ها را به طور طولی بُرید و سریعاً در درجه حرارت ۴۰ تا ۵۰ درجه سانتیگراد برای خشک شدن قرار داد. دستکاری و جمع‌آوری این گیاه نیاز به مراعات و احتیاط زیادی دارد، زیرا همهٔ قسمت‌های آن سمی هستند. پیاز این گیاه تا ۱/۵ درصد محتوی ترپنوئید ازته ــ اکونیتین، ناپلین، بنزیل اکونیتین[2] ــ قند، نشاسته و دیگر مواد است. اکونیتین در دوزهای بالا یکی از قویترین سموم برای سیستم عصبی است و پیاز این گیاه اساساً برای به‌دست آوردن این آلکالوئید جمع‌آوری می‌شود. اکونیتین در ترکیبات دارویی آنالزیک[3] (بی‌حس‌کننده) در روماتیسم‌ها، نقرس، سیاتیک و درد دندان به کار می‌رود. فقط در صورت تجویز پزشک می‌توان از آن استفاده نمود. این دارو همچنین مرهم مؤثری علیه دردها و ناراحتی‌های ناشی از سرماخوردگی شمرده می‌شود.

مسمومیت با آقونیطون در آغاز با ترشح بزاق به مقدار زیاد، احساس خفگی، لرز، تشدید ضربان نبض و آهنگ تنفسی مشخص می‌شود. ۱۰ گرم از این ریشه مرگ‌آور است.

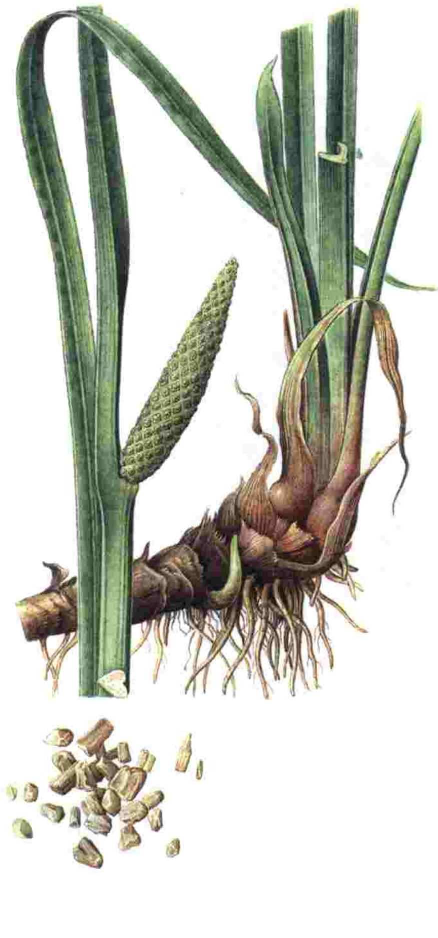
1. Aconit Napél
2. Terpénoïdes Azotés-Aconitine, Napelline, Benzyl Aconitine
3. Analgésique

قصب‌الذیرهٔ معطر [1]

Acorus calamus L.

دوران گل‌دهی : شهریور و مهر

زمان برداشت: در دو نوبت (اسفند و آبان)



(تیرهٔ آراسه)؛ گیاهی است پایا که در باتلاق‌ها می‌روید و دارای ریزوم کلفت و منشعب بوده، برگ‌هایش سرنیزه‌ای هستند و به‌موازات ساقه قرار گرفته‌اند. مقطع ساقه در برش عرضی مثلثی‌شکل است. گل‌ها اسپات استوانه‌ای‌شکل و به رنگ سبز متمایل به زرد و در آب و هوای اروپا عقیم هستند. گل‌های گیاهانی از این خانواده که در هند می‌رویند در مرحلهٔ بلوغ تبدیل به میوه می‌گردند. در قرن شانزدهم این گیاه در باغ گیاه‌شناسی وین کاشته شد که از آن‌جا به باغ‌های اطراف منتقل و نهایتاً از طبیعت سر درآورد. این گیاه همیشه به‌عنوان گیاه دارویی و معطر به کار برده شده است.

این گیاه جهت استفاده از ریزوم جمع‌آوری می‌شود. هنگامی که ریزوم‌ها از لجن‌زارها و عمق جویبارها و مرداب‌ها بیرون آورده شدند باید کاملاً پاک و خرد شده در خشک‌کن در درجه حرارت ثابت ۳۵ درجه سانتیگراد خشک شوند. بدین طریق مادهٔ شدیداً معطر و شکننده‌ای به‌دست می‌آید که باید در پاکت‌های دربسته نگهداری شود. این ساقه‌ها تا ۴درصد دارای روغن معطر و خصوصاً دارای ترکیبات آزارون (۷ تا ۲۰ درصد)، ژرانیول، سسکیترپن، [2] تانن‌ها و شیرهٔ تلخ، آکورین و آکورتین [3] هستند. این گیاه تلخ و مقوی و بسیار مؤثر است و برای اصلاح بی‌نظمی دستگاه گوارش، تحریک اشتها، بهبود عمل هضم و ترشح شیرهٔ معده و کاهش مشکلات سوءهاضمه به‌کار می‌رود. استعمال خارجی آن برای مداوای تحریک و قرمز شدن پوست است و برای تقویت سیستم عصبی نیز از آن در حمام استفاده می‌کنند. ضمناً از این گیاه برای تهیهٔ روغن معطر و داروهای مقوی تلخ معده استفاده می‌شود. همچنین جوشانده و قطرهٔ آن همان اثرات را دارد.

1. Acore Aromatique
2. Asarone, Géraniol , Sesquiterpénes
3. Acorine, Acorétine

آدونیس بهاره[1]

Adonis vernalis L. [syn. *Adonanthe vernalis* (L.) SPACH]

دورهٔ گل‌دهی: فروردین ـ اردیبهشت

✝ زمان برداشت: فروردین ـ اردیبهشت



(تیرهٔ آلاله)؛ گیاهی است پایا، با ساقه‌ای نسبتاً قطور به رنگ تیره. ساقهٔ آن راست و پوشیده از برگ‌های خطی بدون دمبرگ است و در انتهای ساقه و شاخه‌ها یک تک گل به رنگ زرد دیده می‌شود. آدونیس در اوایل بهار گل می‌دهد و گل آن فقط در هنگام تابش آفتاب باز می‌شود. تمام قسمت‌های این گیاه سمی است. این گیاه در تمام اروپا، آسیا و امریکا می‌روید و آن را در دامنه‌های آفتاب‌گیری که طبقات زیرین آن آهکی باشد می‌توان یافت. از زمان قدیم از این گیاه برای درمان ناراحتی‌های جنسی استفاده می‌کرده‌اند، ولی اخیراً کاربرد آن در مداوای ناراحتی‌های قلبی بیش‌تر شده است.

سرشاخهٔ گلدار این گیاه را در زمان گلدهی کامل می‌چینند و برای خشک شدن در معرض جریان هوای گرم (حداکثر ۶۰ درجه سانتیگراد) قرار می‌دهند. پس از خشک شدن آن را در پاکت‌های دربسته نگهداری می‌کنند، ولی مدت نگهداری نباید بیش از دو سال باشد. از میان مواد مؤثرهٔ آن می‌توان از گلوکوزیدهای کاردیاک به نام کاردنولیدها[2] نام برد. قسمت‌های مؤثرهٔ آن مانند برگ دیجیتال اثر تقویتی بر قلب دارد با این تفاوت که اثر آن سریع‌تر است و مواد آن در بدن جمع نمی‌شوند. مواد موجود در این گیاه روی سیستم اعصاب مرکزی تأثیر می‌گذارند و دارای اثر آرام‌کننده‌ای روی سرفه‌های صعب‌العلاج، حملات آسم و حتی صرع، تشنج و دردهای روماتیسمی هستند. این شاخه‌ها مدر و ضدعفونی‌کننده نیز هستند. دم‌کردهٔ این گیاه باید تحت نظر و با تجویز پزشک مصرف شود.

گیاهی یکساله به نام آدونیس تابستانی نیز وجود دارد (گل آن در سمت راست تصویر است) این گیاه نیز سمی بوده، اما اثر دارویی آن کم‌تر شناخته شده و کشت نمی‌شود.

1. Adonis du Printemps

2. Cardénolides

شاه‌بلوط هندی[1]

Aesculus hippocastanum L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: شهریور تا آخر آذر



(تیرهٔ هیپوکاستاناسه)؛ شاه‌بلوط درختی است بلند با چوبی شکننده و شاخه‌های پوشیده از برگ‌های متقابل پنجه‌ای‌شکل. گل‌های آن سفید مایل به زرد و خوشه‌ای هستند. میوهٔ آن نیز به صورت کپسول خارداری است که یک تا سه دانه در آن قرار دارد. موطن اصلی آن مناطق بالکان و شرق مدیترانه است.

تکثیر آن به روش کاشت دانه است. برای نگهداری و استفاده دانه‌ها باید کاملاً رسیده باشند. میوه شاه‌بلوط هندی محتوی ۲۸ درصد ساپونین، آسین و آسکولین، فراکسین[2] و تانن است. از این مواد در ترکیبات داروهای صنعتی جهت درمان ناراحتی‌های قلبی یا گردش خون استفاده می‌شود. مواد مؤثره روی مقاومت دیواره وریدها، افزایش نفوذپذیری کرونرها و انعقاد خون اثر دارند. از این مواد در درمان واریس و التهاب مجرای تنفسی فوقانی (خلط‌آورها) نیز استفاده می‌شود. در طب عامیانه میوهٔ بلوط را برای درمان اسهال مزمن یا مقاوم و اسهال خونی به‌کار می‌برند و در قدیم برای درمان مالاریا نیز از آن استفاده می‌کردند. در مورد استعمال خارجی از جوشاندهٔ شاه‌بلوط هندی برای شستشوی زخم‌ها، ورم سرمازدگی، و برخی بیماری‌های پوستی و التهابات جلدی (لیخن) و بواسیر استفاده می‌شود. در دانه‌های این گیاه ترکیباتی از نوع کومارین وجود دارد که در کرم‌های آفتابی و محافظ به‌عنوان مواد افزودنی به‌کار می‌رود.

از بلوط استفاده‌های صنعتی نیز می‌شود. به این معنی که از آن برای تهیهٔ پودر شستشو و مواد کف‌کننده برای آتش‌نشانی نیز استفاده می‌کنند و ضمناً به‌عنوان مادهٔ غذایی باارزش برای تغذیه حیوانات نیز به‌کار می‌رود.

1. Marronnier d'inde

2. Aaeseine, Aaesculine, Fraxine

گیاه غافث[1]

Agrimonia eupatoria L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها از اردیبهشت تا اواخر مرداد و برگ‌ها از اردیبهشت تا آخر تیرماه



(تیرهٔ گل‌سرخ)؛ گیاهی است علفی، پایا، با ریشهٔ سطحی و برگ‌های گسترده در روی خاک با بریدگی‌های شانه‌ای و ساقه‌ای افراشته با برگ‌های متناوب و بدون دمبرگ. انتهای ساقه به یک خوشه گل منتهی می‌شود. میوهٔ آن خشک بوده (در تصویر) و در یک حقه پیچیده شده و مجهز به برآمدگی‌هایی شبیه زنگوله است. گیاه غافث در قسمت وسیعی از خاک اروپا در مرغزارهای کم‌آب، چراگاه‌ها، و نقاط تُنک جنگلی می‌روید و گیاهی شناخته شده است. از دوران قدیم از این گیاه در درمان اسهال، خونریزی، ناراحتی‌های پوستی و سل استفاده می‌کردند.

سرشاخهٔ برگ‌دار این گیاه یا فقط برگ‌های آن را درست در اوایل فصل گل‌دهی جمع‌آوری می‌کنند. آن‌ها را با دست می‌چینند و به طور جداگانه روی سبد نهاده، به منظور خشک‌شدن در جریان هوا و سایه قرار می‌دهند. این گیاه پس از خشک شدن عطر خوشایندی متصاعد می‌کند که با کمی بوی تلخی همراه است. مزهٔ آن نیز همین حالت را دارد. مواد مؤثرهٔ آن محتوی تانن‌ها، اسید سیلیسیک، عصاره‌های تلخ، اسانس‌های روغنی و دیگر مواد است. این مواد خصوصاً قابض هستند و به همین دلیل در درمان ترشحات معده‌ای یا روده‌ای و دیگر انواع اسهال به کار می‌روند. این مواد در تنظیم کار جهاز هاضمه نیز مؤثرند و ترشح شیرهٔ معده را بهبود بخشیده برخی از ناراحتی‌های کبدی و کلیوی و خصوصاً سنگ کلیه را تسکین می‌دهند. مقدار مصرف روزانهٔ آن ۱/۵ گرم و به صورت جوشانده است. در مورد استعمال خارجی به صورت غرغره، در پانسمان جوش‌های پوستی و همچنین در حمام‌ها استفاده می‌شود. این گیاه از نظر دارویی بسیار با ارزش است.

1. Aigremoine

بیدگیاه (مرغ)[1]

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

موقع برداشت: ریزوم‌ها اسفند و فروردین یا شهریور تا آبان‌ماه است.

Agropyron repens [L.] BEAUV [syn.: *Elytrigia repens* (L.) DESV.]



(تیرهٔ گندمیان)؛ این گیاه دارای ریزوم بندبند و ساقه‌های افراشته و گل‌های سنبله‌ای و میوهٔ گندمه است. این گیاه را خصوصاً به دلیل مقاوم بودنش به‌عنوان گیاه هرز و سمج مزارع و باغچه‌ها می‌شناسند. از نظر دارویی فقط هنگامی که در زمین‌های سبک و شنی رشد می‌کند بیش‌ترین مواد مؤثره را دارا می‌شود.

برای مصارف دارویی اصولاً ریزوم آن را از زیر خاک درآورده جمع‌آوری می‌کنند. ریزوم‌ها را باید به‌دقّت شست و ریشه‌های فرعی و قسمت‌های سبز آن را جدا کرد و به قطعات کوچک تقسیم و در اسرع وقت با حرارت خورشید و در محلی که هوا جریان داشته باشد، خشک کرد. مادهٔ به‌دست آمده بویی خوشایند و طعمی تقریباً شیرین دارد و محتوی ساپونین، قندها، یک گلوکوزید فنولیک، آونین[2]، لعاب یک هیدروکربور با اثر ضدمیکروبی، آگروپیرن[3] و دیگر مواد مؤثره است. این گیاه اثر مدر داشته از آن در دم‌کرده‌های نافع کلیه استفاده می‌گردد. همچنین از این گیاه می‌توان در درمان نقرس و روماتیسم نیز سود جست و در ترکیب داروهای ضد دیابت به‌عنوان داروی کمکی در کنار درمان اصلی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

جوشاندهٔ بیدگیاه را از زمان قدیم در مصارف خارجی و در درمان ناراحتی‌های پوستی و بواسیر مورد استفاده قرار می‌دادند. ریشهٔ بو دادهٔ این گیاه را می‌توان به عنوان جانشین قهوه و به‌عنوان مادهٔ اولیهٔ تهیه آبجو و الکل به کار برد و در صورتی که به‌عنوان علوفه به حیوانات شیرده داده شود تولید شیر و کیفیت آن را بالا می‌برد.

1. Chiendent, Froment Rampant
2. Avénéine
3. Agropyréne

خطمی برّی[1]

Alcea rosea L.[syn.: *Althaea rosea* (L.) CAV.]

دوران گل‌دهی: از ماه تیر تا شهریور

زمان برداشت: گل‌ها نیز از ماه تیر تا اواخر شهریور و اوایل مهر ماه



(از خانوادهٔ پنیرک)؛ خطمی برّی گیاهی است علفی، دو ساله تا چند ساله، دارای شاخه‌های بلند و برگ‌های متناوب پنجه‌ای. تمام گیاه پوشیده از پرزهای خشن است. از محل اتصال برگ‌ها به ساقه، گل‌های درشتی به رنگ‌های تند به‌تدریج شکفته می‌شوند که رنگ آن‌ها از سفید تا قرمز بسیار تیره متغیر است. میوه‌های آن صفحه‌ای مدوّر بوده و از قطعات تک‌دانه‌ای تشکیل شده‌اند (شکل روبرو). موطن اصلی این گیاه مناطق بالکان بوده و در باغ‌ها از گل‌های بسیار مورد توجه است؛ خصوصاً نوع پُر پَر آن طرفداران زیادی دارد. از طریق انتخاب ارقامی از آن به دست آمده که مقدار زیادی مواد مؤثره دارد و برای کشت مناسب است.

برای تهیه دارو گل‌های پررنگ و حتی از نوع پُر پَر آن را جمع‌آوری می‌کنند. گل‌ها را هنگام طلوع آفتاب و به‌تدریج که شکفته می‌شوند همراه با کاسهٔ گل یا بدون آن با دست می‌چینند. گیاه و گل‌ها نباید به‌وسیلهٔ زنگ یا آفت آسیب دیده باشند. آن‌ها را به صورت ورقه‌های نازک روی سبد در نور خورشید یا سایه برای خشک شدن پهن می‌کنند. قسمت‌های محرک این گیاه خصوصاً محتوی لعاب، آنتوسیان‌ها[2] و تانن است. به خاطر اثر نرم‌کننده و تحلیل برنده‌ای که این گیاه روی بلغم دارد، هنگام تورم مخاط، علیه سرفه و آسم، در درمان تورم‌های مزمن معده و روده‌ها علیه یبوست به کار می‌رود. از این گیاه خیسانده‌ای با آب سرد (به میزان دو قاشق برای یک فنجان آب) تهیه می‌شود. از گل‌های خشک شدهٔ این گیاه در ترکیبات گیاهی برای مصارف موضعی و در حمام‌ها برای ناراحتی‌های پوستی استفاده می‌شود. مواد رنگی این گیاه که رنگ‌های تیره‌ای داشته باشند نیز در تهیه داروها به کار می‌روند.

1. Rose Trémiére 2. Anthocyanes

الکمی معمولی[1]

Alchemilla xanthochlora ROTHM.

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر مرداد

زمان برداشت: شاخهٔ برگ‌دار از خرداد تا اواخر مردادماه است.





(تیرهٔ گل‌سرخ)؛ گیاهی است علفی و پایا با ریزوم کوتاه. برگ‌های آن دایره‌وار به دور ساقه قرار دارند و در مرکز آن پس از باران یا شبنم زدن قطره‌ای آب جمع می‌شود. کیمیاگران و مردم عادی این قطرات را جمع‌آوری می‌کردند و معتقد بودند که دارای اثرات دارویی و جادویی است. شاخه‌های کوتاه بالاروندهٔ آن در انتها خوشه‌های گل زرد دارد. میوهٔ این گیاه خشک است. الکمی را می‌توان در مراتع و چراگاه‌های کوهستانی یافت. این گیاه گونه‌ها و واریته‌های زیادی دارد که همهٔ آن‌ها کم و بیش دارای یک میزان اثر دارویی هستند.

در اکثر موارد شاخه‌های برگ‌دار و برگ‌های پایینی آن را جمع‌آوری و در سایه خشک می‌کنند. ماده مؤثره گیاه محتوی تانن، ساپونین، شیره‌های تلخ و اسید سالیسیلیک است. از این قسمت‌ها برای تهیهٔ دم‌کرده به نسبت ۴ قاشق چایخوری برای یک فنجان آب استفاده می‌شود. یک فنجان آب جوش روی آن می‌ریزند و می‌گذارند تا ده دقیقه دم بکشد. سپس بدون شکر و هر روز دو بار در مورد ناراحتی‌های معده و روده، نفخ و اسهال مصرف می‌کنند. این گیاه تشنجات را تسکین داده دفع ادرار را تحریک می‌کند. برای این که زایمان راحت‌تر انجام پذیرد خانم‌های باردار حدود چهار هفته قبل از زایمان تا سه فنجان در روز از این دم‌کرده میل می‌کنند. از این گیاه برای درمان ناراحتی‌های تناسلی در زنان، خصوصاً در زمان یائسگی استفاده می‌شود. عصارهٔ الکمی وضع تبادلات بدن را بهبود بخشیده در ترکیبات لاغرکننده نیز به کار می‌رود. همچنین در مصارف خارجی و در حمام‌ها برای درمان جوش‌های پوستی، کوفتگی، اگزما و ناراحتی‌های دملی از این گیاه استفاده می‌شود.

1. Alchémille Commune

پیاز[1]

Allium cepa L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: از تیر تا آخر شهریور



گیاهی است دو ساله با پیاز مطبّق و قهوه‌ای رنگ. برگ‌های آن لوله‌ای و ساقهٔ آن راست است که در قسمت انتهایی آن گل‌های سفید مجتمع و کروی‌شکل قرار دارد. دانه‌های آن سیاهرنگ بوده درون یک کپسول قرار دارد. موطن اصلی این گیاه چندین نقطهٔ مختلف آسیاست. پیاز همیشه در بین‌النهرین، هند و در کشورهای مدیترانه به‌عنوان سبزی و گیاه دارویی کشت می‌شده. این گیاه را رومی‌ها به غرب آوردند و تا مناطق شمالی اروپا بردند. امروزه پیاز یکی از سبزیجات خوراکی به شمار می‌رود که در تمام دنیا کشت می‌شود و ارقام مختلف آن صدها هکتار از زمین‌های کشاورزی را اشغال نموده است.

پیاز یا ساقه زیرزمینی این گیاه دارای اثرات درمانی است. پیازها را با دست یا ماشین جمع‌آوری کرده پس از این‌که در هوای آزاد اندکی خشک شد آن را تمیز نموده در محلی خشک که از سرما دور باشد انبار می‌کنند. پیاز محتوی اسانس‌های روغنی، قندها، ویتامین‌ها و مواد معدنی و به خصوص ترکیبات آلی گوگرد (ضدعفونی‌کنندهٔ گیاهی) است که اثر آنتی‌بیوتیکی دارد. پیاز تازه ناراحتی‌های مجرای فوقانی تنفسی و خصوصاً سرفه، زکام، نزله برونشیت و دیگر بیماری‌های حساس را بر اثر قدرت ضدعفونی‌کننده و ضد میکروبی گیاهی خود به طور مؤثری کاهش می‌دهد. در مورد جهاز هاضمه پیاز اثر ضدعفونی‌کننده داشته ناراحتی‌های گاستریک و روده‌ای را کاهش داده انگل‌های روده‌ای را دفع می‌کند. این گیاه مسهل صفرا، مدر و پایین‌آورندهٔ قند خون است. پیاز خرد شده، محل نیش حشرات را تسکین می‌دهد. خشک‌کردن پیاز اثر آن را از بین می‌برد.

1. oignon

سیر [1]

Allium sativum L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریورماه

زمان برداشت: خرداد تا مرداد (بسته به نوع کشت)



گیاهی است دو ساله با پیازی مرکّب از پیازچه‌ها و ساقهٔ راست که در انتهای آن گلی چتری قرار دارد که شامل چندین پیازچه است. گل‌ها به‌وسیلهٔ یک پوشینهٔ برگی‌شکل حفاظت می‌شوند. سیر همیشه به‌عنوان یکی از گیاهان مهم دارویی و چاشنی غذایی کشت می‌شده است. انواع مختلفی از این گیاه تاکنون شناخته شده و اساساً آن را به دو گروه اصلی تقسیم می‌کنند: ۱. سیر زمستانی که در پاییز کاشته می‌شود و در سال بعد گلی که محتوی پیازچه است می‌دهد؛ ۲. سیر زمستانی یا بهاره که در پاییز یا بهار کاشته می‌شود، ولی گل نمی‌دهد. هر دو نوع آن را به‌وسیلهٔ تقسیم گیاهی و کشت خود سیر می‌توان تکثیر نمود. سیر را در زمان رشد کامل جمع‌آوری و خشک کرده و در محلی خشک و دور از سرما نگهداری می‌کنند.

پیازها دارای اثر دارویی هستند و به صورت تازه یا کنسرو شده مصرف می‌شوند. این گیاه محتوی یک اسانس روغنی و یک ترکیب گوگردی به نام آلئین [2] است که در هوای آزاد تجزیه شده (سلول‌های آسیب دیده سیر) به آلیسین [3] با بوی تند و آلیدی سولفید [4] تبدیل می‌شود. همچنین سیر محتوی مقدار زیادی ید است. این گیاه ضد تصلب نسوج و پایین‌آورندهٔ فشار خون است. ضمناً ضدعفونی‌کنندهٔ روده است که در صورت وجود ناراحتی‌های روده‌ای و اپیدمی گریپ به‌کار می‌رود. سیر مسهل صفرا و ضد انگل بوده محل نیش حشرات را تسکین می‌دهد، ولی در صورت استفادهٔ طولانی از آن امکان ایجاد اگزما وجود دارد.

1. Ail 2. Alliine 3. Allicine
4. Allyldisulfides

توسکا[1]

Alnus glutinosa (L.) GAERTN.

دوران گل‌دهی: اسفند ـ فروردین

زمان برداشت: فروردین ـ اردیبهشت



(تیرهٔ بتولاسه)؛ توسکا درختی است با شاخه‌های خاکستری پوشیده از لکه‌های کوچک قهوه‌ای (زگیل‌های پوست درخت) و چوبی به رنگ تیره. برگ‌های آن بیضی‌شکل و دندانه‌دار بوده نوک آن‌ها هلالی است. سطح این برگ‌ها خصوصاً در دوران جوانی خیلی چسبناک است. درخت توسکا دارای گل‌های دوجنسی است، گل‌های نر آن به صورت نگین یک سال قبل از گل دادن گیاه ظاهر می‌شوند. گل‌های مادهٔ این درخت مانند نگین‌های تخم‌مرغی شکلند و سپس به حالت چوبی درآمده در تمام طول سال روی درخت باقی می‌مانند. میوهٔ آن خشک و بدون پوسته و بال مانند است. این گیاه در تمام اروپا، آسیا و آفریقا خصوصاً در مناطق پرآب می‌روید.

برای مصارف دارویی برگ‌های جوان و چسبناک و برخی مواقع پوست این درخت را از روی شاخه‌های جوان (ترجیحاً زمانی که درخت را قطع نموده‌اند) جمع‌آوری می‌کنند. قسمت‌های جمع‌آوری شده را در سایه و در درجه حرارتی که از ۴۰ درجه سانتیگراد فراتر نرود خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی تانن‌ها، آنتراکنین و در نتیجه قابض و تلخ هستند. از این گیاه در درمان کاتاره روده‌ای، اسهال مزمن و خونریزی‌های داخلی استفاده می‌شود. دم‌کردهٔ این گیاه را به نسبت دو قاشق مرباخوری در هر فنجان در طول روز مصرف می‌کنند. این جوشانده در صورت سرماخوردگی و تب، ناراحتی را کاهش می‌دهد. برای ورم لوزتین و ورم جوف دهان، غرغرهٔ جوشاندهٔ این گیاه توصیه می‌شود. طب سنّتی برگ‌های تازه و ساییده شدهٔ این گیاه را برای درمان ترک‌خوردگی سینه و دمل‌ها تجویز می‌کند.

درخت توسهٔ سفید هم همین خواص را داراست. این درخت در مناطق کوهستانی می‌روید.

1. Aulne Glutineux

خطمی [1]

Althaea officinalis L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد

زمان برداشت: ریشه از مهر تا آخر آبان و برگ و گل‌ها از ماه تیر تا آخر مرداد



(تیره پنیرک)؛ گیاه علفی پایایی است با ریشهٔ منشعب زرد رنگ و ساقهٔ بلند افراشته پوشیده از برگ‌های متناوب. همهٔ قسمت‌های این گیاه دارای کرک‌های نرم است. از بغل برگ‌ها خوشه‌های گل سفید یا صورتی ظاهر می‌شوند. دانه‌های آن کنار هم قرار گرفته میوهٔ مدور و صفحه‌ای را به‌وجود می‌آورند (پایین سمت چپ). موطن اصلی آن منطقهٔ مدیترانه بوده و در قسمت وسیعی از اروپای غربی تا منطقهٔ سیبری می‌روید.

از قدیم این گیاه در باغچه‌ها به‌عنوان گیاه عسل دهنده و گیاه دارویی و تزیینی کاشته می‌شد.

همهٔ قسمت‌های این گیاه خواص دارویی دارد. ریشه، برگ‌ها، و گل این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. ریشه‌ها را پاک و خرد کرده سپس در درجه حرارت حداکثر ۴۰ درجهٔ سانتیگراد خشک می‌کنند. برگ‌ها را می‌توان به تدریج و برحسب گل دادن یا یکباره وقتی که رشد آن به آخر می‌رسد، در پاییز، جمع‌آوری کرد. گل‌ها را باید صبح زود و قبل از باز شدن چید، سپس در سایه و محلی که هوا در آن جریان داشته باشد، خشک کرد. خطمی یکی از مهم‌ترین گیاهان دارویی لعابدار است. قسمت‌های جمع‌آوری شده دارای لعاب (گل آن تا ۲۰درصد و ریشه تا ۳۰درصد)، قند، نشاسته، آسپارانژین [2]، پکتین و مواد دیگر است. از دم‌کردهٔ این گیاه در هنگام تورم مجرای تنفسی فوقانی به‌عنوان ضد سرفه و خلط‌آور و نرم‌کننده استفاده می‌شود. طب سنّتی خصوصاً از ریشهٔ این گیاه علیه بیماری‌های معده‌ای ـ روده‌ای استفاده می‌کرده است. برای تهیهٔ خیساندهٔ آن یک قاشق کوچک از ریشهٔ این گیاه را در یک فنجان آب می‌ریزند. برای مصارف خارجی از آن به عنوان پانسمان نرم‌کننده و برای غرغره استفاده می‌شود.

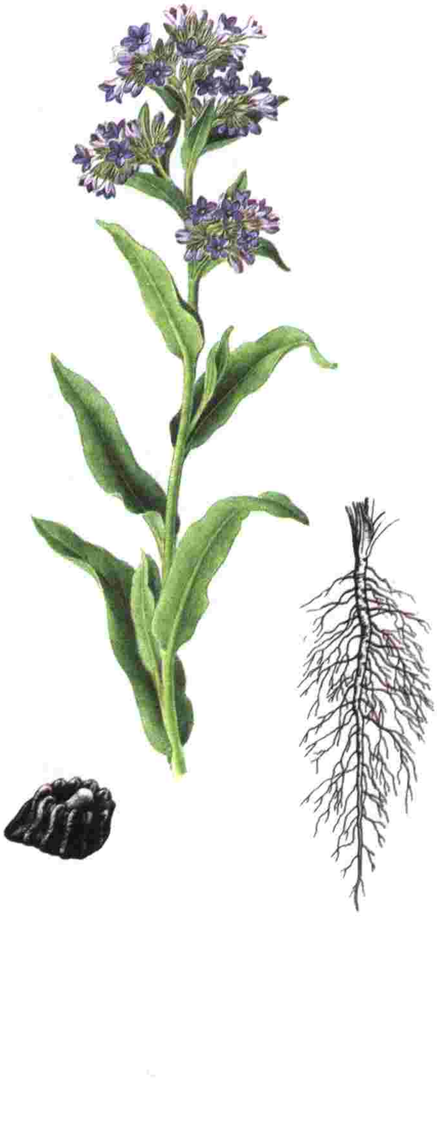
1. Guimauve Officinale
2. Asparagine

نوعی گاو زبان[1]

Anchusa officinalis L.

دوران گل‌دهی: از اردیبهشت تا آخر شهریور

زمان برداشت: شاخهٔ برگ‌دار از اردیبهشت تا اواخر مرداد و ریشه در مهرماه



(تیرهٔ گاوزبان)؛ گیاهی علفی، دو ساله تا چند ساله و دارای ریشهٔ عمودی سیاهی است که سال اول بوته‌ای با برگ‌های نیزه‌ای از آن می‌روید. در سال بعد شاخه‌ای مستقیم که دارای برگ‌های بی‌پایه است می‌روید و در انتهای آن خوشه‌های گل ظاهر می‌شود که ابتدا قرمزرنگ است و سپس آبی می‌شود.

تمام گیاه پوشیده از کرک‌های خشن است. میوه‌های آن به صورت چهار قسمتی بوده که با لایه برگی پوشیده شده است (پایین سمت چپ). موطن اصلی آن مناطق گرم اروپایی است و در دامنه‌های آفتابگیر به صورت خودرو می‌روید. در قدیم برای درمان ناراحتی‌های قلبی و سیستم اعصاب بسیار در جستجوی آن بودند.

امروزه نسبتاً کم‌تر از آن استفاده می‌شود. خصوصاً شاخهٔ برگ‌دار و برخی مواقع ریشه و گل این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. قسمت‌های جمع‌آوری شده را در محلی تاریک و در جریان هوا خشک می‌کنند. این قسمت‌ها محتوی اسید سالیسیلیک، آلکالوئیدها، سینوگلوسین و کنسولیدین[2]، لعاب، مواد رنگی (آنتوسیان)[3] و دیگر مواد است. آن‌ها دارای اثر نرم‌کننده و خلط‌آور بوده در درمان سرفه، کاتارهٔ برونش‌ها و مجاری تنفسی فوقانی به کار می‌روند. برای دم‌کرده ۵ گرم از قسمت‌های مؤثرهٔ این گیاه برای یک فنجان آب کافی است. برای این کار آب جوش را روی گیاه بریزید و بگذارید تا به‌مدت ۱۵ دقیقه دم بکشد. هر روز دو تا سه فنجان از دم‌کرده این گیاه را می‌توان مصرف نمود. برگ‌های تازهٔ این گیاه مقدار زیادی ویتامین C دارند و به‌عنوان تصفیه کنندهٔ خون می‌توان در تهیه سالاد نیز از آن استفاده نمود. کرک‌های روی پوست گیاه ممکن است باعث تحریکات پوستی گردد. این نوع گاوزبان گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Buglosse officinale

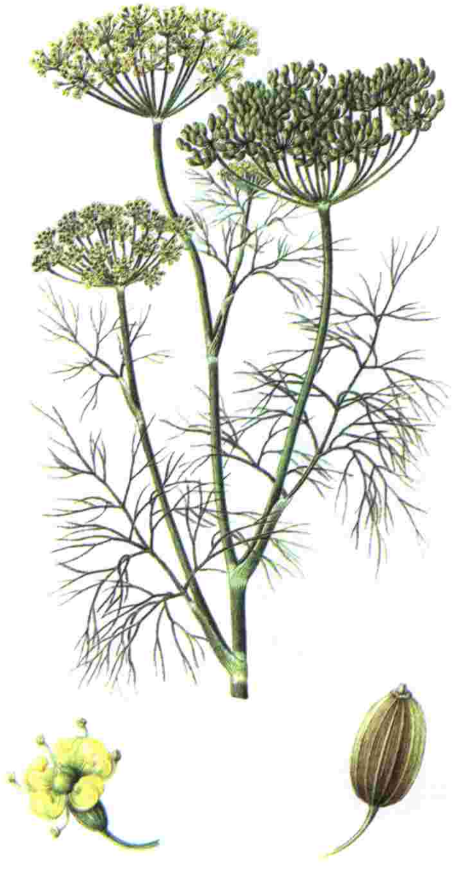
2. Cynoglossine , Consolidine 3. Anthocyanes

آنت (نوعی رازیانه)[1]

Anethum graveolens L.

دوران گل‌دهی: از اوایل تیر تا اواخر شهریور

زمان برداشت: مرداد و شهریور



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی یکساله با ساقهٔ منشعب و پوشیده از گردهٔ سبز مایل به آبی است. در انتهای ساقه گل‌های چتری به رنگ زرد طلایی قرار دارند. برگ‌ها خطی و چند شانه‌ای بوده به صورت متناوب روی ساقه قرار دارند. میوه در این گیاه دی‌آکن است. موطن اصلی این گیاه شرق مدیترانه و غرب آسیاست. در قدیم این گیاه به‌عنوان یک گیاه دارویی مهم شناخته شده و علیه سرفه، سردرد و برای تهیهٔ مرهم به‌کار می‌رفته است. امروزه آن را در باغچه‌ها و مزارع به‌عنوان گیاه معطر می‌کارند.

میوه و شاخه‌های برگ‌دار این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. گل‌ها را به تدریج که رسیده می‌شوند، می‌چینند و قبل از این که میوه‌های آن جدا شود و بیفتد آن‌ها را خشک می‌کنند. جمع‌آوری باید زمانی انجام شود که گیاه شبنم‌زده باشد. زیرا دانه‌های آن به سادگی از گیاه جدا شده بر زمین می‌افتند. ساقه‌ها را درست قبل از گل دادن گیاه قطع نموده به سرعت در سایه یا در خشک‌کن که درجه حرارت آن بیش از ۳۵ درجه نباشد، خشک می‌کنند. قسمت‌های مؤثره آن محتوی نوعی اسانس روغنی است با ترکیب اصلی کاروون، میوهٔ آن نیز دارای یک روغن و مواد آلبومینی است. این گیاه بادشکن است و تجمع گاز در بدن را محدود نموده دفع گاز را آسان می‌کند. اضافه نمودن مقدار کمی از میوهٔ این گیاه به جوشانده‌ها اشتهاآور و آرام‌کننده اعصاب است، همچنین تأثیر مناسبی نیز بر تولید شیر دارد. از تقطیر میوه‌ها روغن معطری به‌دست می‌آید که در داروسازی مورد مصرف قرار می‌گیرد و در تهیهٔ لیکور و مواد آرایش نیز به‌کار برده می‌شود.

از شاخهٔ تازهٔ این گیاه نیز در معطر کردن برخی تولیدات غذایی استفاده می‌شود.

1. Aneth

سنبل ختایی ۱

دوران گل‌دهی: تیر تا اواخر مرداد
زمان برداشت: ریشه‌ها از شهریور تا اواخر مهر و میوه‌ها شهریور

Angelica archangelica L. [syn. *Archangelica officinalis* (MOENCH) HOFFM.]



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی است دو ساله دارای ریزوم مخروطی‌شکل تیره‌رنگ و ریشه‌های قوی. در سال اول گیاه تنها دارای برگ‌های گسترده در سطح خاک است و در سال دوم ساقه بزرگ توخالی که شاخه‌های زیادی دارد و پوشیده از برگ‌های متناوب و غلاف‌دار است ظاهر می‌شود، سپس در انتهای ساقه چترهای مرکبی که از گل‌های سبز رنگ تشکیل شده‌اند ظاهر می‌گردند. میوهٔ آن دی‌آکن و تمام گیاه معطر است. این گیاه در قسمت وسیعی از اروپا و آسیا خصوصاً در مناطق شمالی و در ارتفاعات یافت می‌شود. این گیاه را در باغچه‌ها و مزارع نیز می‌کارند.

برای تهیه دارو از ریشه و میوهٔ آن استفاده می‌شود. ریشه‌ها را در پاییز سال دوم یعنی زمانی که بیش‌ترین مقدار اسانس‌های روغنی در آن موجود است از زمین درمی‌آورند. ریشه‌ها را ابتدا کاملاً پاک می‌کنند و می‌شویند و پس از خرد کردن در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. میوه‌ها را به‌تدریج که گل‌ها به مرحلهٔ رسیدگی می‌رسند، جمع‌آوری می‌کنند. به این ترتیب که گل‌ها را روی یک پارچه پهن کرده، پس از خشک شدن، آن‌ها را تکان می‌دهند تا میوه‌ها از گل‌ها جدا شوند. هر دو قسمت جمع‌آوری‌شده اسانس روغنی، اسیدهای آلی، مواد تلخ، تانن و قند دارند. مصرف این گیاه به‌عنوان آرام‌کننده سیستم اعصاب، میگرن و ناراحتی‌های عصبی را کاهش داده تشنجات را تسکین می‌دهد. در داروسازی به عنوان مواد افزودنی برای معطر ساختن جوشانده‌های دارویی به کار می‌رود و به خاطر اثر مواد تلخ و خاصیت هضم‌کنندهٔ آن مورد استفاده قرار می‌گیرد. در مصارف خارجی از این گیاه در حمام‌ها و غرغره‌ها استفاده می‌شود.

سنبل ختایی یک گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوب است.

1. Angélique Officinale

علف پا گربه[1]

Antennaria dioica (L.) GAERTN.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا اواخر تیر

زمان برداشت: اردیبهشت





(تیره مرکّبان)؛ گیاهی است علفی، پایا که با تولید پاجوش گسترش پیدا می‌کند. برگ‌های پایینی مجتمع بوده شاخه‌ها نسبت به ساقه که خوابیده است عمودند. قسمت پایینی آن‌ها سفید و کرک‌دار است و خوشه‌های گل با دمگل‌های کوتاه در قسمت انتهایی شاخه‌ها قرار دارند. یک قسمت از گیاه فقط گل‌های ماده و بقیهٔ گیاه گل‌های دوجنسی تولید می‌کند. میوه‌ها فندقه و پرزدار هستند. این گیاه روی دامنه‌های خشک، حاشیهٔ مزارع، مراتع و جنگل‌ها و اکثراً در اماکن و زمین‌های شنی می‌روید و در قسمت‌های وسیعی از مرکز و شمال اروپا تا سیبری وجود دارد. از این گیاه در درمان سل و اسهال خونی نیز استفاده می‌شده است.

غنچه‌های گل آن را درست قبل از شکفتن با مقداری از دم با دست می‌چینند و غنچه‌های پررنگ‌تر را از غنچه‌های سفید جدا می‌کنند، زیرا این غنچه‌ها باارزش‌ترند. برای خشک شدن آن‌ها را روی سبدی در محلی تاریک که هوا در آن جریان داشته باشد، می‌گذارند. غنچه‌ها معطر و تلخ‌مزه‌اند. آن‌ها دارای نوعی اسانس روغنی، تانن‌ها، عصارهٔ تلخ و مواد رنگی آلی هستند. ضمناً اثر قابض، نرم‌کننده و مسهل صفرا نیز دارند. از این گیاه به عنوان دم‌کرده برای درمان ناراحتی‌های مجرای تنفسی فوقانی، کاتارهٔ گاستریک و روده‌ای و کیسهٔ صفرا استفاده می‌گردد. در ضمن این گیاه را در ترکیبات جوشانده‌های مدر نیز به‌کار می‌برند.

گیاه پا گربه درون سنگریزه‌ها می‌روید و اغلب آن را در محل‌های خشک و بی‌حاصل و همچنین حاشیه باغچه‌ها می‌کارند و شاخه‌های خشک آن را برای ساختن دسته گل‌های تزیینی به کار می‌برند.

1. Pied de Chat

آبنوس کیانی[1]

Anthyllis vulneraria L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا تیر

زمان برداشت: اردیبهشت و تیرماه



(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی است پایا، با ریشهٔ عمودی، ساقه‌ای افراشته و پوشیده از برگ‌های متناوب تک‌شانه‌ای. برگ‌های پایینی و ساقه‌ای کامل و بدون تضاریس بوده گل‌های زردرنگ آن در خوشه‌های انتهایی و به تعداد یک یا دو خوشه روی هر ساقه قرار دارند. میوه‌ها در درون غلافی جای دارند. تمام گیاه پوشیده از پرز است و معمولاً می‌توان آن را روی تپه‌های کوچک خشک و در مراتع و چراگاه‌هایی یافت که زمین آن به مقدار کافی آهکی باشد.

برای تهیهٔ دارو گل‌ها یا دقیق‌تر بگوییم، غنچه‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. این کار را در اوایل فصل گل‌دهی با دست و بدون چیدن دم غنچه انجام می‌دهند. غنچه‌های قدیمی را نمی‌چینند، زیرا زود خرد می‌شوند و پس از خشک شدن تغییر رنگ داده قهوه‌ای می‌شوند. زمانی که گل‌ها خشک شدند آن‌ها را در جای خشک و در پاکت‌های دربسته نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی تانن‌ها، ساپونین‌ها، لعاب، قندها و مواد رنگی هستند. این گیاه در صورت مصرف داخلی، قابض، ضدعفونی‌کننده و ملین سبکی است. برای تحریک ارگانیسم و راحت‌تر نمودن مبادلات سلولی دم‌کردهٔ آن را به مقدار دو تا سه قاشق برای یک چهارم لیتر آب و به مدّت پانزده دقیقه تهیه کرده در طول روز می‌نوشند. در مصارف خارجی برای کمپرس‌ها، حمام‌ها، شستن زخم‌های عفونی، دمل‌ها، اگزما، غرغره به کار می‌رود. و در صورت وجود ورم حفرهٔ دهان، لثه‌ها یا لوزتین دم‌کرده‌ای با دو برابر مقدار ذکر شده باید تهیه کرد. اگر آبنوس با برگ تمشک، توت فرنگی و گل آلوسیاه مخلوط شود، ترکیبی به دست می‌آید که در قدیم به عنوان جانشین چای مصرف می‌شد.

1. Anthyllis Vulnéraire

باباآدم[1]

Arctium lappa L.

دوران گل‌دهی: تیر تا اواخر شهریور

زمان برداشت: فروردین و اردیبهشت



(تیرهٔ مرکبان)؛ گیاهی است علفی، دو ساله، با ریشه‌ای دوکی‌شکل و قهوه‌ای‌رنگ. در سال اول بوته‌ای با برگ‌های بزرگ و در سال دوم ساقهٔ بلندی می‌دهد که برجستگی‌ها و برگ‌های متناوبی دارد. گل‌آذین آن گرد و به رنگ قرمز و بنفش است که در انتهای ساقه و شاخه‌ها ظاهر می‌شود. میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در اطراف نقاط مسکونی، در خرابه‌ها و میان خار و خاشاک می‌روید. در قدیم به عنوان مدر و تصفیه کنندهٔ خون و بر ضد بیماری‌های جهاز تناسلی زنان به‌کار می‌رفت. روغن باباآدم به عنوان محرکی برای رشد مویرگ‌ها شهرت دارد.

در حال حاضر این گیاه برای استفاده از ریشهٔ آن در مزارع کشت می‌شود. ریشه باید هنگامی که گیاه یکساله است و قبل از آن که گل دهد در فصل زمستان جمع‌آوری شود. زمانی که ریشه کاملاً پاک و به خوبی شسته شد، بزرگ‌ترین ریشه‌ها از طول شکاف داده می‌شوند. برای حفظ حداکثر مواد مؤثرهٔ آن درست قبل از خشک کردن (که در خشک‌کن با درجه حرارت حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد انجام می‌شود) آن‌ها را در آب جوش فرو می‌برند. ریشه محتوی اینولین[2] (۲۷ تا ۴۵ درصد)، اسانس‌های روغنی (تا ۰/۲ درصد)، لعاب، تانن‌ها و مواد ضد میکروبی و ضد باکتری و چندین ماده دیگر است. از این گیاه به عنوان داروی کمکی در درمان بیماری دیابت نیز استفاده می‌شود. این گیاه اثر مدّر و معرّق نیز دارد. در مصارف خارجی از آن برای درمان بیماری‌های پوست استفاده می‌کنند.

باباآدم پرزدار و باباآدم کوچک نیز همان اثرات دارویی را دارند.

1. Grande Bardane

2. Inuline

بابا آدم پرزدار[1]

Arctium tomentosum MILL.

دوران گل‌دهی: تیر تا اواخر شهریور

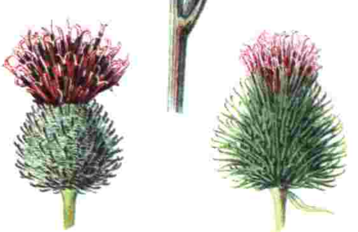
زمان برداشت: اسفند، فروردین، شهریور و مهر



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی و دوساله است که دارای ریشه‌ای دوکی و ساقه‌ای مخطّط و منشعب است. تعداد برگ‌های روی ساقه کم است و سایر برگ‌ها بزرگ و در سطح زمین و قسمت پایینی ساقه قرار دارند. کاپیتول‌های بنفش‌رنگ آن‌که با پوششی تارعنکبوت‌مانند پوشیده شده است دارای گل‌های دیهیمی و میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در مناطق معتدل در محل‌های متروک و خرابه‌ها (گیاه خرابه) می‌روید. این گیاه و گیاه باباآدم بزرگ اثراتی مشابه دارند و همیشه در درمان همان بیماری‌هایی که از باباآدم بزرگ استفاده می‌شده از این گیاه نیز استفاده می‌کرده‌اند.

در این‌جا نیز ریشه گیاه جوان یکساله را جمع‌آوری می‌کنند و هنگامی که کاملاً تمیز و شسته شد و قسمت‌های سبز آن را جدا کردند ریشه را از طول می‌برند و در محلی که هوا جریان دارد یا در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. مواد مؤثره آن همان‌هایی هستند که در باباآدم بزرگ وجود دارد، ولی اثرات دارویی آن هنوز به طور کامل شناخته نشده است. کاربرد آن نیز شبیه گیاه باباآدم بزرگ است، یعنی به عنوان داروی کمکی در درمان دیابت (با دارا بودن مقدار زیادی اینولین)، دمل‌ها، جوش‌های پوستی و ماساژ پوست سر به‌کار می‌رود. بعضی مواقع ریشهٔ تازه آن یا شیرهٔ تازه‌ای که از آن گرفته می‌شود یا حتی برگ‌های این گیاه نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد که دارای اثراتی از قبیل مسهل صفرا، مدّر و معرّق است.

دو تصویر پایین برای مقایسه گل‌های باباآدم پرزدار (سمت چپ) و باباآدم بزرگ (سمت راست) است.



1. Bardane Tomenteuse

انگور خرس[1]

Arctostaphylos uva-ursi (L.) SPRENG. (syn. *Arbutus uva-ursi L.)*

دوران گل‌دهی: فروردین، اردیبهشت

زمان برداشت: فروردین تا اواخر خرداد



(تیرهٔ اریکاسه)؛ انگور خرس درختچهٔ کوچک و خزنده‌ای است که شاخه‌های پوشیده از برگ‌های چرمی بیضی‌شکل و مقاوم دارد. گل‌های ریز و کوچک و سفید یا قرمز به صورت خوشهٔ باز روی آن قرار دارند. میوه‌های آن قرمز و دارای ۵ هسته هستند. این گیاه در جنگل‌های کوهستانی تنگ و اراضی رهاشده‌ای که دارای خاک اسیدی و مرطوب باشد، می‌روید. در بعضی از کشورها این گیاه جزء گیاهان حفاظت شده است.

برگ‌های این گیاه را با دقت و صرفه‌جویی (از چند شاخه برای این که گیاه از بین نرود) در بهار جمع‌آوری می‌کنند. برگ‌ها باید در آفتاب یا در خشک‌کن با حداکثر ۵۵ درجه سانتیگراد حرارت به سرعت خشک شوند. آن‌ها محتوی گلوکوزید تا ۱۲درصد آربوتین[2] و متیل آربوتین، تانن ۱۰ درصد، اسیدهای آلی و دیگر مواد هستند. از آن‌ها به نحو مؤثری علیه بیماری‌های ورم مجاری ادرار (به‌عنوان ضدعفونی‌کننده)، سنگ‌های ادراری و ناراحتی‌های مختلف کلیوی در صورتی که ادرار شخص دارای pH بازی باشد، استفاده می‌کنند. در صورت استفاده طولانی این گیاه می‌تواند در عین حال قابض نیز باشد.

تصویر پایین اختلاف شکل برگ‌های انگور خرس و دو گونه دارواش را (از چپ به راست) نشان می‌دهد.

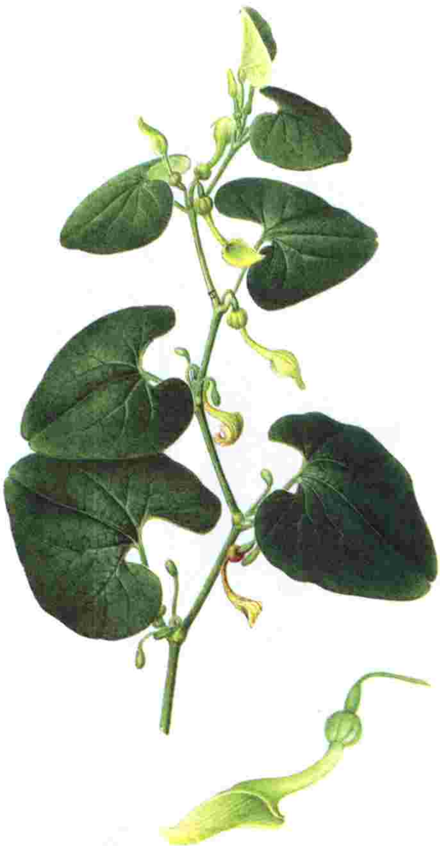
1. Busserole 2. Arbutine

زرآوند[1]

Aristolochia clematitis L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا اواخر تیر

✝ زمان برداشت: اردیبهشت و خرداد



(تیرهٔ زرآوند)؛ این گیاه علفی و پایاست و ریزوم خزنده و ساقه بلندی دارد. ساقهٔ آن دارای برگ‌های متناوب قلبی‌شکل است. از کنار این برگ‌ها گل‌های زردی به شکل شیپور می‌رویند و میوهٔ آن به صورت کپسول است. این گیاه در مناطق گرم اروپایی و آسیایی، در جنگل‌های روشن و حاشیه مزارع و باغات انگور و اغلب به صورت خودرو می‌روید. تمام قسمت‌های این گیاه سمی است.

برای مصارف دارویی شاخهٔ برگ‌دار آن را در زمانی که گیاه کاملاً گل کرده از قسمت‌های بالای شاخه با دست قطع می‌کنند. برای خشک کردن آن‌ها را روی سبد در محلی تاریک با جریان هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰درجه حرارت قرار می‌دهند. قسمت‌های مؤثره محتوی اسید آریستولوشیک[2]، یک اسانس روغنی، تانن‌ها، ماده‌های رنگی، یک آلکالوئید و آریستولوشین[3] هستند و اثر آرام‌کننده‌ای روی تشنجات، دردهای قلبی، گاستریک روده‌ای یا تنفسی دارند. از آن‌ها برای درمان بیماری‌های سیستم عروقی و ترمبوز نیز استفاده می‌شود. در مصارف خارجی زرآوند ایجاد لایه دانه‌ای پوست را تسهیل می‌کند و جوشاندهٔ آن برای درمان زخم‌ها، اولسرها، اگزما و جوش‌های پوستی به کار می‌رود. این گیاه اگر به مقدار زیاد مصرف شود ممکن است باعث اسهال، خونریزی داخلی، سقط جنین، آسیب‌های غیرقابل جبران در کلیه‌ها و کبد بشود. بنابراین آن را باید فقط تحت نظر پزشک مصرف کرد.

در دامپزشکی مواد تولیدشدهٔ آن را برای شستشوی زخم‌ها، به خصوص زخم اسب‌ها، به کار می‌برند.

1. Aristoloche Clématite
2. Aristolochique
3. Aristolochine

ترب وحشی (شبه خردل)[1]

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا اواخر تیر
زمان برداشت: شهریور تا اواخر آبان

Armoracia rusticana PH.GARTN.,B.MEY.et SCHERB (syn.: *Cochlearia armoracia* L.)



(تیرهٔ شب‌بو)؛ گیاهی است، علفی، پایا با ریشه‌ای عمیق و استوانه‌ای و برگ‌های مضرس، گل‌های سفیدرنگ وخوشه‌ای که در انتهای ساقه ظاهر می‌شوند. میوه‌های آن کپسولی و بیضی‌شکل هستند. موطن اولیه آن جنوب شرقی اروپا بود که از آن‌جا به دیگر کشورهای اروپایی راه پیدا کرد. این گیاه از ادویه‌های مهمی است که در باغچه‌ها و مزارع کاشته می‌شوند و برای کاشت آن باید ریشه‌های نازک آن را در زمین‌های سبک و قابل نفوذ قلمه زد. در طول تابستان این گیاه رشد خود را کامل می‌کند و در پاییز یا بهار بعدی می توان آن را از خاک بیرون آورد.

اگرچه می توان این ریشه‌ها را به‌صورت رنده شده یا بریده، کنسرو یا خشک نیز مصرف نمود، چه در آشپزخانه و چه به‌عنوان دارو تقریباً همیشه از ریشهٔ تازه آن استفاده می‌شود. این ریشه خصوصاً محتوی یک اسانس روغنی، سنوول[2]، ویتامین C، اسیدهای آمینه و موادی که از تکثیر میکروب‌ها جلوگیری می‌کنند و همچنین مواد ضدعفونی‌کننده است و اگر همراه با گوشت پخته مصرف شود فعالیت معده و روده را تحریک می‌کند. مواد ضد میکروبی موجود در آن فعالیت موجودات میکروبی مضر در جهاز هاضمه را محدود نموده علیه بیماری‌های ویروسی از قبیل گریپ یا زکام نیز مؤثر است. علاوه بر مدر بودن، خاصیت نرم‌کننده و خلط‌آور نیز دارد.

ریشهٔ رنده شدهٔ این گیاه همراه با آرد و پیه به نسبت یک و نیم به یک ضمادی را فراهم می‌کند که دردهای روماتیسم را کاهش می‌دهد. البته مصرف بیش از حد آن در یک محل ممکن است باعث تحریک پوست شود.

1. Raifort 2. Sénevol

همیشه بهار کوهی[1]

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا اواخر تیر

زمان برداشت: گل‌ها خرداد ـ تیر. ریشه: شهریور ـ مهر، برگ سرشاخه، و شاخه: تیر ـ مرداد

Arnica montana L.



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی است علفی، پایا و ریزوم‌دار. ساقهٔ هوایی آن افراشته، منشعب و دارای پرزهای غده‌ای است که در انتهای آن یک نهنج گل زرد رنگ قرار داد. برگ‌های پایین ساقه بیضی‌شکل بوده روی زمین گسترده هستند. برگ‌های روی ساقه سرنیزه‌ای بوده در محل گره‌های ساقه قرار دارند. میوهٔ آن فندقه، سیاه رنگ و پرزدار است. این گیاه در حال حاضر کمیاب شده و در بسیاری از کشورها حفاظت می‌شود.

همهٔ قسمت‌های گیاه ارزش دارویی دارد. البته بیش‌تر مواقع گل این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند، ولی در برخی مواقع ریزوم آن را نیز مورد استفاده قرار می‌دهند. گل آن باید بدون نهنج و براکته‌های زیر گل چیده شود و فقط گل‌های لوله‌ای و راست را جمع‌آوری می‌کنند. ریزوم‌ها را پس از بیرون آوردن از خاک تمیز و به سرعت خشک می‌کنند. گل‌ها اسانس روغنی، کاروتنوئید، عصارهٔ تلخ، آرنیسین[2]، ساپونین، آرنیدیول[3]، استرول[4]، ایزوکرستن[5] و آستراگالل[6] دارند. ریزوم این گیاه بیش‌تر محتوی تانن‌ها، ۶/۳ درصد اسانس روغنی و رزین است. هر دو قسمت اثر محرکه دارند و حتی تحریکات شدید مخاط گاستریک و روده‌ای را باعث می‌شوند و اثر محرک شدیدی روی کلیه‌ها دارند. این گیاه همچنین دارای اثرات مفیدی روی جریان خون و فعالیت‌های قلبی است، البته به شرطی که مقدار مصرف آن را پزشک تعیین کرده باشد. خصوصاً عصاره الکلی این گیاه یعنی تنطور آن زیاد مورد مصرف قرار می‌گیرد. از این تنطور به‌عنوان ضدعفونی‌کننده و التیام‌دهنده مناسب استفاده می‌شود. از جوشانده یا دم‌کرده آن در ترکیبات غرغره‌ها، حمام‌ها و پانسمان استفاده می‌شود.

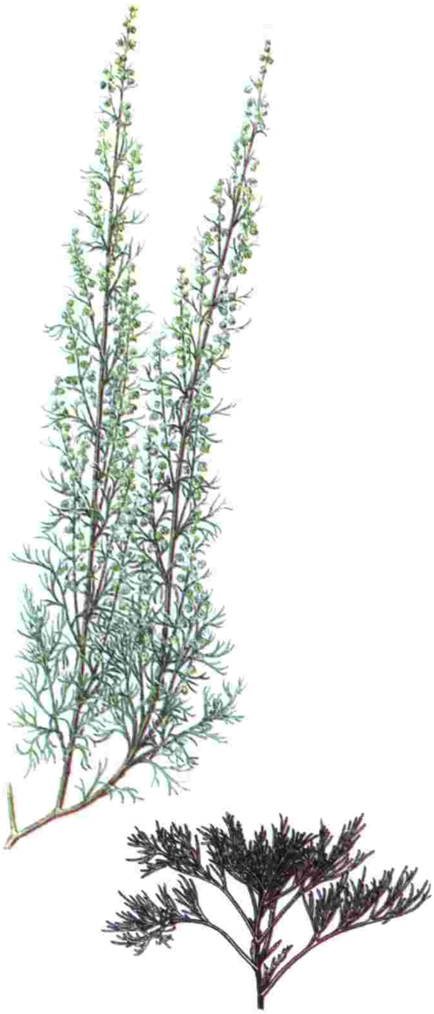
1. Arnica des montagnes
2. Caroténoïde, Arnicine
3. Arnidiol
4. Stérol
5. Isoquercétine
6. Astragalol

درمنه[1]

Artemisia abrotanum L.

دوران گل‌دهی: مرداد ـ شهریور

زمان برداشت: سرشاخه برگ‌دار: تیر ـ مرداد



(تیره مرکّبان)؛ درختچه‌ای است با شاخه‌های گسترده که پر از برگ‌های خطی است و در قسمت انتهایی شاخه‌ها گل‌های زردی از بغل برگ‌ها می‌رویند. میوه آن فندقه است. این گیاه در مناطق سرد به ندرت گل و میوه می‌دهد. موطن اصلی آن آسیا بوده و از این قاره به اروپا و امریکا برده شده است. همهٔ قسمت‌های این گیاه معطرند و از عطر آن برای معطر ساختن منازل و علیه بیدزدگی استفاده می‌شود.

برای مصارف دارویی از سرشاخه برگ‌دار آن استفاده می‌شود. هنگامی که هوا خوب و خشک باشد سرشاخه‌های گلدار گیاه را با دست می‌چینند و برای خشک کردن روی سبدی جدا از دیگر گیاهان دارویی در سایه پهن می‌کنند. زمانی که گیاه خشک شد قسمت‌های محرّکه آن را در ظروف دربسته و دور از نور نگهداری می‌کنند.این قسمت‌ها سرشار از اسانس‌های روغنی، عصاره‌های تلخ، تانن‌ها و آلکالوئیدها هستند و طب سنتی از آن‌ها برای درمان سوءهاضمه، کم‌اشتهایی، نفخ، اسهال و دفع انگل‌های روده‌ای استفاده می‌کند. این گیاه همچنین مدّر و معرّق نیز است. برای تهیه دم‌کردهٔ آن ۲ قاشق چایخوری برای هر فنجان آب کافی است و می‌توان ۲ تا ۳ فنجان در روز مصرف نمود. جوشاندهٔ این گیاه در حمام، پانسمان، و برای درمان ورم سرمازدگی و زخم‌های مختلف مورد مصرف دارد.

این گیاه را می‌توان به‌عنوان خوشبوکننده در مواد غذایی، به‌عنوان چاشنی گوشت و در تهیه لیکور و عطر به کار برد.

1. Aurone.Armoise Citronnelle

افسنتین[1]

Artemisia absinthium L.

دوران گل‌دهی: مرداد ـ شهریور

زمان برداشت: شاخه برگ‌دار: تیر ـ شهریور

(تیرهٔ مرکبان)؛ گیاهی است پایا، پرشاخه، با ساقه‌ای افراشته، برگ‌های بریده‌بریده و متناوب. تمام گیاه پوشیده از گردی به رنگ خاکستری ـ نقره‌ای است. در انتهای ساقه خوشه گلی به رنگ زرد قرار دارد. میوهٔ آن فندقه و موطن اصلی آن اروپا، آسیا و آفریقاست. این گیاه در محل‌های خشک و در میان دیگر علف‌ها مانند علف‌های هرز می‌روید. از دوران قدیم از این گیاه برای درمان سوءهاضمه استفاده می‌شده است.

شاخهٔ برگ‌دار این گیاه را تقریباً به اندازهٔ ۳۰ سانتیمتر از بالای خاک می‌چینند و برگ‌های پایینی و برگ‌های ساقه‌ای را نیز جمع‌آوری می‌کنند. ماده اصلی مؤثره آن نوعی اسانس روغنی است که محتوی تویون و تویول[2]، شیره تلخ، ابسین‌تین، اسیدهای آلی و تانن است. قسمت‌های محرکه آن تلخ بوده در درمان‌های داخلی یا به صورت مخلوط برای تحریک اشتها، ترشح شیره معده و صفرا، علیه قولنج‌های روده‌ای (به‌عنوان تقویت معده، ماده تلخ و مسهل صفرا) به‌کار می‌روند.

برای این کار از دم‌کرده این گیاه (به مقدار یک یا دو قاشق مرباخوری از شاخه خردشدهٔ آن برای هر فنجان) استفاده می‌گردد یا این که به‌صورت پودر و به مقدار یک گرم و ۳ بار در روز مصرف می‌کنند. دم‌کردهٔ این گیاه برای غرغره و کمپرس در نقاط کوفته بدن به‌کار می‌رود. همچنین از شاخه تازه آن می‌توان اسانس روغنی استخراج نمود که در ترکیب تنطوری که برای تسکین تشنج‌ها استفاده می‌شود، به‌کار می‌رود. مصرف طولانی این گیاه خصوصاً نوشابه‌های الکلی که از آن تهیه می‌گردد باعث ایجاد اعتیاد، تشنج، از دست دادن حواس و حتی بیماری‌های عصبی درمان‌ناپذیر می‌شود.



1. Absinthe Romaine

2. Thuyone, Thuyol

ترخون[1]

Artemisia dracunculus L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: تیر ـ مرداد



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی، پایا، ریزوم‌دار، با ساقهٔ افراشته و برگ‌های نازک متناوب. ساقه‌ها منتهی به خوشه‌ای از گل‌های گرد و زرد رنگ می‌شوند. میوه این گیاه فندقه است و در شرایط آب و هوایی اروپای مرکزی به ندرت به مرحله رسیدگی کامل می‌رسد. ترخون در منطقه وسیعی از اروپای شرقی، امریکای شمالی و آسیا به‌عنوان سبزی معطر کشت می‌شود. در دوران قدیم از این گیاه بر ضد طاعون استفاده می‌شد.

برای مصارف دارویی شاخهٔ برگ‌دار آن را در یک روز گرم و آفتابی می‌چینند، بعد دسته دسته نموده سریعاً در سایه‌ای که هوا در آن جریان داشته باشد و درجه گرمای آن از ۳۵ درجه سانتیگراد بالاتر نرود خشک می‌کنند. ماده مؤثره اصلی آن نوعی اسانس روغنی است که محتوی استراگل، فلاندرن،[2] مواد تلخ و تانن‌هاست. از جوشانده ترخون یا پودر آن برای تحریک اشتها، ترشح شیره معده و هضم غذا استفاده می‌کنند، این گیاه مبادلات سلولی را در تمام بدن تحریک و تقویت می‌نماید. اسانس به‌دست آمده از راه تقطیر گیاه تازه نیز همین کاربردها را دارد. برای پیشگیری از تصلب شرایین و بیماری‌های عروقی جویدن برگ‌های آن توصیه می‌شود. شراب دارویی ترخون نیز همین اثر را دارد.

این گیاه ماده اولیه مهمی در کنسرو و عطرسازی به‌شمار می‌رود.

1. Estragon
2. Estragol. Phélandréne

برنجاسف[1]

Artemisia vulgaris L.

دوران گل‌دهی: تیر ـ شهریور

زمان برداشت: تیر ـ شهریور



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی است علفی، یکساله، با ساقه افراشته، برگ‌های متناوب و دندانه‌دار که در سطح زیرین خاکستری و پرزدار هستند. گل‌های گیاه به رنگ زرد طلایی و میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در مناطق معتدل در باغ‌ها، و حاشیهٔ مزارع به صورت خودرو می‌روید و از قدیمی‌ترین گیاهان شناخته شدهٔ دارویی به شمار می‌رود.

برای تهیه دارو سرشاخه‌های گلدار آن را جمع‌آوری نموده مانند سایر گیاهان جنس درمنه (ترخون) خشک می‌کنند. این گیاه دارای نوعی اسانس روغنی است که مواد اصلی تشکیل‌دهندهٔ آن عبارتند از : سینول، تویون[2]، تانن‌ها و شیره‌های تلخ.

این گیاه به‌عنوان دارویی تلخ، معطر، مقوی معده و ضد تشنج به‌کار می‌رود، اما اثر آن نسبت به دیگر گونه‌های این جنس کمی ضعیف‌تر است. از این گیاه به صورت دم‌کرده (به مقدار یک قاشق مرباخوری در یک فنجان آب جوش به مدت ده دقیقه) دو تا سه بار در روز مصرف می‌کنند. در طب سنتی از آن برای درمان ناراحتی‌های عصبی، بی‌خوابی و درمان ناراحتی‌های زنانه استفاده می‌کنند. اسانسی که از سرشاخه تازهٔ آن به‌دست می‌آید نرم‌کننده، ضدعفونی‌کننده جهاز هاضمه و ضد انگل است. در عین حال به علت سمی بودن تویون موجود در این اسانس باید در مقدار و مدت مصرف آن احتیاط کرد.

1. Armoise Commune

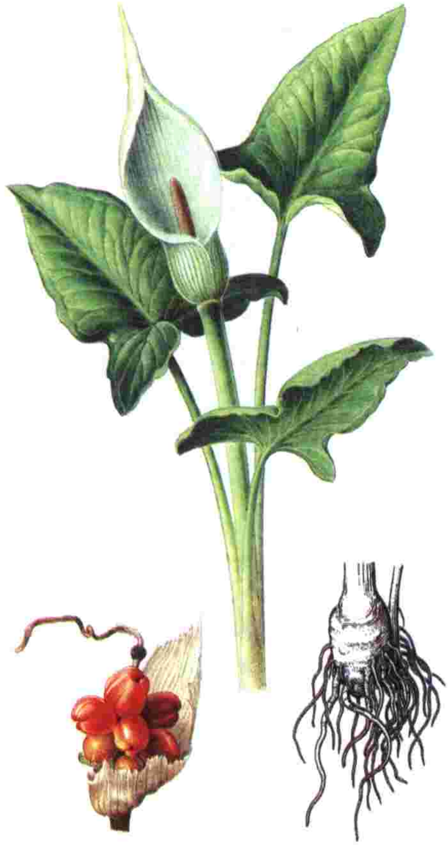
2. Cinéol. Thuyone

قلقاس لکه‌لکه[1]

Arum maculatum L.

دوران گل‌دهی: فروردین تا اواخر اردیبهشت

† زمان برداشت: اسفند



(تیرهٔ گل‌شیپوری)؛ گیاهی است علفی و دارای ریزوم متورم و برگ‌های بزرگ با دمبرگ بلند که بعضی مواقع لکه‌های قهوه‌ای نیز روی آن وجود دارد. محور گل پس از درآمدن برگ‌ها و از میان آن‌ها ظاهر می‌شود و دارای دو نوع گل نر و ماده است. این گل عطر ناخوشایندی از خود متصاعد می‌کند که حشرات تلقیح‌کننده گل را به سوی خود می‌کشاند. میوهٔ آن قرمزرنگ (شکل پایین سمت چپ) است. تمام این گیاه سمی است، ولی در اثر حرارت این خاصیت از بین می‌رود. این گیاه در اروپای مرکزی و جنوبی به‌صورت پراکنده در جنگل‌های مرطوب، در عمق دره‌ها، در میان خار و خاشاک‌ها در دشت‌ها تا کوهستان‌ها می‌روید. در قدیم آن را گیاهی سحرآمیز و مقدس می‌دانستند و نانواها آن را به آرد نان می‌افزودند.

اندام مورد مصرف گیاه ریزوم آن است و باید وقتی که از خاک بیرون آورده شد کاملاً شسته شود و بعد پوست آن را کند و به طور طولی برید و به دو قسمت نمود و روی سبد قرار داد یا با نخ آویزان کرد تا خشک شود. این ریزوم محتوی نوعی گلوکوزید سمی، آرونین[2]، ساپونین، نشاسته و اکسالات کلسیم است که ماده آخر به آن مزه خیلی تندی می‌دهد. این گیاه به ندرت مورد استفاده قرار می‌گیرد. به نظر می‌رسد در طب قرون وسطی اغلب از پودر آن (همراه با قصب‌الذیره، مسیکه، دارچین، افسنتین، چوب سروکوهی و شکر) برای درمان ناراحتی‌های معده به مقدار نوک قاشق چایخوی قبل از غذا مصرف می‌کرده‌اند.

1. Arum Tachete 2. Aronine

آزاره اروپایی[1]

Asarum europaeum L.

دوران گل‌دهی: فروردین ـ اردیبهشت

✝ زمان برداشت: مرداد ـ شهریور



(تیرهٔ زرآوند)؛ گیاهی پایا و خزنده است که برگ‌های براق تیره‌رنگ و مقاوم دارد. این گیاه دارای ریزوم منشعبی است که ساقه هوایی پرزداری از آن می‌روید و برگ‌های دم‌دار و گل‌های استکانی به رنگ قهوه‌ای و بنفش با دم کوتاه روی آن ظاهر می‌شود. این گیاه بوی عطر کافور از خود متصاعد می‌کند و در مناطق رسوبی و علفزارهای انبوه اروپایی می‌روید. آزاره در یونان باستان از گیاهان دارویی مشهور بوده و برای درمان ناراحتی‌های کلیوی و برای معطر ساختن شراب به‌کار می‌رفته است.

برای مصارف دارویی ریزوم و بعضی مواقع برگ‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. جمع‌آوری با دست و با احتیاط بسیار انجام می‌شود چرا که این گیاه در حال انقراض است و در بعضی از کشورها تحت حفاظت قرار دارد.ریزوم گیاه را پس از درآوردن از خاک تمیز کرده به شکل لایه‌های نازک در حرارتی که از ۳۵ درجه سانتیگراد فراتر نرود خشک می‌کنند. این ریزوم دارای نوعی اسانس روغنی است که در صورت کریستال کردن آن آزارون[2] (که به آن کافور آزاره نیز می‌گویند)، نشاسته، رزین و مواد ضدباکتری حاصل می‌شود. مزهٔ آن تلخ است و از آن به‌عنوان قی‌آور، مدّر و مسهلی ضعیف استفاده می‌شود. آزاره در درمان ناراحتی‌های کلیوی یا مجاری ادرار، کبد و همچنین در درمان ورم‌های مجرای تنفسی به‌کار می‌رود. طب سنتی برای درمان الکلیسم از این گیاه در ترکیبات دفع سموم سود می‌جسته است. تمام قسمت‌های گیاه از جمله ریزوم آن سمی است و مصرف مقدار زیادی از آن باعث غلبه خون در ناحیه لگن خاصره می‌شود که این امر خصوصاً برای خانم‌های باردار خطرناک است.

1. Asaret D'europe
2. Asarone

چوپلمه کوهی[1]

Astrantia major L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر مرداد

† زمان برداشت: ریزوم: شهریور ـ مهر. شاخه‌برگ‌دار: خرداد ـ تیر



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزومی سیاه و چوبی، با ساقه‌ای افراشته و کم‌شاخه است. در انتهای ساقه چترهای سادهٔ گل به رنگ سفید قرار دارد. برگ‌های پایینی آن دارای دم بلند، پنجه‌ای و دندانه‌دار و میوهٔ آن فندقه است. این گیاه به طور خودرو در جنگل‌های روشن و در مرغزارهای مرطوب می‌روید.

برای تهیه دارو، ریزوم یا شاخهٔ برگدار آن را جمع‌آوری می‌کنند. اندام‌های جمع‌آوری‌شده را پس از پاک و تمیز کردن در سایه یا خشک‌کن با حرارت حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. سرشاخه‌ها را در یک روز گرم و آفتابی و در زمان گل‌دهی گیاه جمع‌آوری می‌کنند و آن را مثل ریزوم خشک می‌کنند. هر دو قسمت معطر بوده دارای نوعی اسانس روغنی هستند که برای ترشح شیره معده (مقوی معده) سودمند است و اشتها را تحریک می‌کند. آن‌ها را به صورت دم‌کرده یا پودر مورد استفاده قرار می‌دهند. از این گیاه در ترکیبات جوشانده‌های مدر نیز استفاده می‌شود. تمام گیاه کمی سمّی است. در دامپزشکی چوپلمه را برای افزایش اشتهای دام‌ها به کار می‌برند.

1. Sanicle de Montagne

بلادون[1]

Atropa bella - donna L.

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

✝ زمان برداشت: برگ‌ها: تیر ـ مرداد. ریشه: مهر و اسفند



(تیرهٔ سیب‌زمینی)؛ گیاهی است پایا، با ساقه‌ای منشعب و پرشاخه و برگ‌های متناوب و بیضی‌شکل و ریشه‌ای محکم و مخروطی. گل‌ها از بغل برگ‌ها ظاهر شده پس از تلقیح تبدیل به میوه‌های سیاه‌رنگی می‌شوند. بلادون در حواشی جنگل‌ها و محل‌های متروکه می‌روید. تمام قسمت‌های گیاه شدیداً سمی است و به سبب شباهت میوهٔ آن به مورد قربانی‌هایی از میان کودکان داشته است.

در زبان یونانی کلمه آتروپوس[2] به معنای اجتناب‌ناپذیر است. رومی‌ها شیرهٔ میوه بلادون را برای گشاد کردن مردمک چشم به کار می‌بردند و از این جا نام بلا ـ دونا یعنی بانوی زیبا به این گیاه داده شد.

برای تهیه دارو برگ یا ریشهٔ آن را جمع‌آوری و در حرارت ۳۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. قسمت‌های فعال آن دارای یک درصد آلکالوئیدهای مشتق از تروپان (هیوسیامین، آتروپین[3])، اسید آتروپیک[4]، بلادونین[5] و اسکوپولامین[6] هستند. مواد گالنیکی تهیه شده در صنایع داروسازی (عصاره، تنطور) و همچنین آلکالوئیدهای به‌دست آمده از آن عضلات صاف را آزاد و شل می‌کنند. درد قولنج، مجاری ادرار و کیسه صفرا را کاهش داده حملات آسم را نیز آرام می‌کند. از این گیاه برای کاهش تعرق شبانه در افراد مسلول استفاده می‌شود. از اثر میتری‌داتیسم[7] (گشاد شدن مردمک چشم) آتروپین در آزمایش‌های چشم‌پزشکی استفاده می‌شود.

1. Belladone 2. Atropos
3. Hyosciamme. Atropine 4. Atropique
5. Belladonine 6. Scopolamine
7. Mythridatisme

یولاف[1]

Avena sativa L.

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

زمان برداشت: خرداد تا شهریور



(تیرهٔ گندمیان)؛ گیاه علفی یکساله‌ای است که به عنوان گیاه علوفه‌ای مهم کشت می‌شود. ریشه آن افشان و ساقه‌های آن بندبند و توخالی است که هر کدام به یک خوشه منتهی می‌شود. برگ‌های آن باریک است و قسمت پایینی آن‌ها به صورت غلافی دور ساقه را احاطه می‌کند. میوهٔ آن مثل بقیه گندمیان کاریوبس است. موطن اصلی آن اروپای شرقی است و بجز مناطق حاره در تمام دنیا و همچنین در ارتفاعات کشت می‌شود.

برای مصارف دارویی خصوصاً از دانه‌ها و در بعضی موارد از کاه آن استفاده می‌شود. برای به‌دست آوردن دانه‌های آن خوشه رسیده را خشک می‌کنند و می‌کوبند، سپس دانه‌های به‌دست آمده را آسیا کرده پس از الک کردن تحت فشار قرار می‌دهند و به شکل گرانول‌هایی شبیه کریستال‌های برف که به فلوکون معروف است درمی‌آورند. این فلوکون‌ها محتوی نشاسته، گلوکونین‌ها،[2] ترکیبی از ویتامین‌های B، اسید پانتوتنیک و کاروتن‌ها[3] است. فلوکون‌های یولاف را برای تهیهٔ سوپ و فرنی خصوصاً برای اشخاصی که دوران نقاهت پس از عمل جراحی‌های سخت یا اسهال‌های شدید را می‌گذرانند و نیاز به تجدید قوا دارند مورد استفاده قرار می‌دهند. دم‌کرده‌ای از این فلوکون‌ها به مقدار ۳ قاشق برای هر فنجان آب (که سه بار در روز تکرار شود) اشتها را تحریک می‌کند و دردهای گلو و سینه را کاهش می‌دهد. این گیاه اثر تقویت‌کننده دارد و در خستگی‌های عصبی، اضطراب و بی‌خوابی مصرف می‌شود. فعالیت غدد تیروئید را نیز کاهش می‌دهد و به‌عنوان داروی کمکی در درمان اسکلروز و فشار خون بالا به کار می‌رود. از کاه یولاف برای تسکین دردهای روماتیسمی، سیاتیک و ناراحتی‌های کبدی استفاده می‌شود. جوشاندهٔ آن علیه اگزما و ورم حاصل از سرمازدگی و سودا مؤثر است.

1. Avoine Cultivée 2. Gluconines
3. Pantothénique, Caroténe

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: تیر و مرداد

انجیده سیاه[1] (فراسیون اسود)

Ballota nigra L.



(تیرهٔ نعناعیان)؛ گیاهی علفی و پایاست. ساقهٔ آن چهارگوش و افراشته و برگ‌ها متقابل و بیضی‌شکل با پهنک منقسم به شبکهٔ رگبرگی هستند. تمام اندام‌های گیاه پوشیده از پرز و آغشته به نوعی اسانس روغنی است که عطر ناخوشایندی دارد. از بغل برگ‌ها گل‌هایی به رنگ ارغوانی یا قرمز و به ندرت سفید ظاهر می‌شود. انجیده سیاه در باغ‌ها و خرابه‌ها خصوصاً روی خاکی که از ازت غنی باشد می‌روید. این گیاه از زمان‌های دور به‌عنوان گیاه دارویی در درمان ناراحتی‌های چشم و گوش و همچنین اعصاب مصرف می‌شده است.

شاخه برگدار آن را موقع گل‌دهی و در روز آفتابی می‌چینند. همهٔ قسمت‌های فوقانی ساقه را می‌چینند و در حرارت ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. شاخه خشک شده بویی تند دارد و باید به طور جداگانه در پاکت‌های دربسته نگهداری شود. این گیاه محتوی تانن، اسانس‌های روغنی، اسیدهای آلی و پکتین است. از این گیاه به‌عنوان آرامبخش در ناراحتی‌های عصبی از قبیل فشار روانی، میگرن، ضعف اعصاب، عصبانیت و دیگر ناراحتی‌های عصبی و روانی استفاده می‌شود. انجیده سیاه معرّق نیز هست.

برای تهیه دمکرده دو قاشق مرباخوری از آن را در دو فنجان آب می‌ریزند و ۲ تا ۴ فنجان در روز می‌آشامند. از پودر این گیاه به مقدار ۲ تا ۴ گرم در هر بار و هر روز ۲ تا ۴ بار مصرف می‌کنند. در مصارف خارجی، کمپرس‌های انجیده دردهای روماتیسمی را تسکین می‌دهد.

مثل همه گیاهان خانواده نعناع این گیاه نیز گیاه عسل دهنده خیلی خوبی است.

1. Ballote Noire

مینا چمنی[1]

Bellis perennis L.

دوران گل‌دهی: فروردین تا اواخر مهر

زمان برداشت: فروردین تا اواخر شهریور



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی و پایاست که به صورت خودرو و کاشته شده در چمنزارها و باغات دیده می‌شود. گیاه مقاومی است و از بهار تا اواسط پاییز چندین بار گل می‌دهد. برگ‌ها روزت و گیاه فاقد ساقه و شاخه است. گل‌ها سفید یا صورتی‌رنگ و پرچم‌ها زرد و لوله‌ای هستند. میوه آن فندقه است. از این گیاه در قدیم برای درمان زخم‌ها و بیماری‌های سینه استفاده می‌کرده‌اند.

گل‌ها را هنگامی که هوا خشک باشد، همراه با کمی از پایه آن‌ها می‌چینند و روی سبد قرار داده در سایه یا آفتاب خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی ساپونین‌ها، اسانس‌های روغنی، لعاب، تانن‌ها و مواد رنگی هستند. طب سنّتی آن‌ها را دارای اثر قابض و نرم‌کننده می‌داند و در مداوای کاتاره مجاری تنفسی و به‌عنوان خلط‌آور مورد استفاده قرار می‌دهد. این گیاه در درمان کاتاره معده و روده‌ها مؤثر است و ناراحتی‌ها و اختلالات روده‌ای را کاهش می‌دهد. برای تهیه دم‌کرده آن به نسبت ۳ درصد، آن را ۲۰ دقیقه دم نموده ۲ تا ۴ فنجان در روز صرف می‌کنند. خیسانده سرد آن نیز همان تأثیر را دارد. از گل‌های این گیاه برای بهبود کیفیت جوشانده‌ها استفاده می‌شود. از این گیاه در تهیه کمپرس‌ها و حمام‌های ضد تورم، بندآورنده خون و به‌عنوان کاهش‌دهنده خون‌مردگی در زیر پوست، آبسه‌ها و بیماری‌های پوستی استفاده می‌شود. جوشانده برگ‌های سبز آن نیز همان اثرات را دارد.

شکل سمت راست گل‌های انواع کشت شده این گیاه را نشان می‌دهد.



1. Pâquerette des prés

زرشک[1]

Berberis vulgaris L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا خرداد

† زمان برداشت: پوست شاخه و ریشه: فروردین، اردیبهشت. میوه‌ها: شهریور، مهر



(تیرهٔ زرشک)؛ درختچه‌ای خاردار با برگ‌های بیضی و دندانه‌دار است که به صورت دسته‌ای روی بواکی بلاست‌ها در کنار تیغ‌ها می‌رویند. گل‌های زردرنگ آن به صورت خوشه‌های آویزان رو به پایین هستند. میوهٔ آن سته، شلجمی‌شکل و قرمزرنگ است. غیر از میوه‌ها بقیه گیاه سمی است. این گیاه در تمام اروپا تا قفقاز در میان جنگل، روی نقاط آفتابگیر و در حاشیه مزرعه‌ها می‌روید. خواص دارویی آن از زمان قدیم شناخته شده است و از آن به‌عنوان تب‌بر، مقوی معده، کبد و قلب استفاده می‌شده است.

برای مصارف دارویی پوست و میوهٔ آن را به کار می‌برند و برای این منظور پوست شاخه‌ها و ریشه‌ها را جمع‌آوری کرده خشک می‌کنند (حتی در نور خورشید). سپس برای از بین بردن باقیماندهٔ رطوبت موجود در آن، پوست را در خشک‌کنی با حرارت ۵۰ درجه سانتیگراد قرار می‌دهند. این فرآورده محتوی آلکالوئیدهایی است که مهم‌ترین آن‌ها بربرین است. آلکالوئید مزبور بسیار سمی است و همیشه تحت نظر پزشک باید مصرف شود. از آن در درمان ناراحتی‌های کلیوی، علیه سنگ‌های ادراری، برای تحریک فعالیت معده و کبد استفاده می‌شود. از پوست آن در درمان اشکالات جریان خون نیز استفاده می‌شود و مقدار کم آن مسهلی ضعیف، مسهل صفرا و مدّر است و مقدار زیادش حالت کرخی، تهوع، اسهال و حتی فلج مرکز تنفسی را ایجاد می‌کند. میوه‌های آن را پس از این که کاملاً رسید در پاییز می‌چینند. این میوه را به طور تازه، کنسرو شده و خشک شده می‌توان مصرف کرد. مزه آن ترش و دارای مقدار زیادی ویتامین C است و از آن برای تهیه چای و جوشانده خشک‌کننده استفاده می‌کنند.

1. Epine-vinette

درخت غان[1] یا توس

Betula pendula ROTH. (syn.: *Betula verrucosa* EHRH.)

دوران گل‌دهی: فروردین تا اواخر اردیبهشت

زمان برداشت: اردیبهشت، خرداد



(تیرهٔ توس)؛ درخت بزرگی است با شاخه‌هایی نسبتاً آویزان و قهوه‌ای‌رنگ، پوست تنه آن سفیدرنگ و در قسمت پایین کرک‌دار است. برگ‌های آن دمبرگ‌های بلندی دارند که در آغاز چسبنده‌اند و روی شاخه‌ها به طور متناوب قرار گرفته‌اند. این درخت یک پایه است، به این معنا که گل‌های نر و ماده جدا از هم ولی روی یک پایه قرار دارند. میوه آن بالدار است (شکل پایین سمت چپ). این درخت در اروپا و آسیا در جنگل‌ها، بیشه‌زارهای روشن و در معابر می‌روید. از دوران قدیم برگ‌های آن را برای درمان بیماری‌های سیستم ادرار و روماتیسم به کار می‌برده‌اند.

برگ‌های آن را حدود ۲ ماه پس از روییدن می‌چینند و در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. داروی به‌دست آمده محتوی ساپونین، تانن، اسانس‌های روغنی، رزین و مواد ضدعفونی‌کننده گیاهی است. این گیاه معطر و تلخ‌مزه است. مواد موجود در آن دارای اثر مدر و ضدعفونی‌کننده هستند و مصرف آن‌ها آسیبی به کلیه‌ها نمی‌زند و به همین سبب یکی از عناصر اصلی جوشانده‌های کلیوی است که برای درمان ناراحتی‌های مجاری ادرار، مثانه و سنگ کلیه به کار می‌روند. این گیاه خصوصاً وقتی که همراه با گل زیزفون مصرف شود معرق است. برای دم‌کردهٔ آن ۱ تا ۲ قاشق از برگ خردشدهٔ آن را در فنجانی آب با مقدار کمی بی‌کربنات سود مخلوط نموده ۲ فنجان در روز می‌آشامند. برای مصارف خارجی برگ درخت غان به عنوان گیاهی طراوت‌بخش در حمام‌ها استفاده می‌شود و در درمان روماتیسم نیز مؤثر است. از طریق تقطیر آن قطران این گیاه به‌دست می‌آید که اغلب در درمان ناراحتی‌های پوستی به کار می‌رود.

1. Bouleau Blanc

گاو زبان[1]

Borago officinalis L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا پایان شهریور

زمان برداشت: شاخه برگدار و گل‌ها: اردیبهشت تا مهر



(تیرهٔ گاوزبانیان)؛ گیاهی است علفی و یکساله با شاخه‌های متعدد و برگ‌های متناوب و بیضی‌شکل. خوشه‌های گل به رنگ بنفش مایل به قرمز در انتهای شاخه‌ها قرار دارد. همه اندام‌های گیاه پوشیده از پرزهای خشن است. موطن اصلی گاوزبان کشورهای منطقه مدیترانه است و از آن‌جا به‌بقیه نقاط دنیا برده شده است.

برای مصارف طبی از سرشاخه‌های گلدار یا برگ‌ها و گل‌ها به طور جداگانه استفاده می‌شود. برای جمع‌آوری آن قسمت فوقانی شاخه را قطع می‌کنند. قسمت‌های جمع‌آوری‌شده را به شکل لایه‌های نازک در آفتاب پهن می‌کنند تا پلاسیده شود. سپس در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این قسمت‌ها دارای عطر و مزه خیار هستند و محتوی تانن، لعاب، ساپونین، اسید سیلیسیک و مواد معدنی‌اند. از این گیاه جوشانده (۸ تا ۱۰ گرم در یک چهارم لیتر آب) مؤثری علیه ناراحتی‌های مجاری تنفسی، سرفه، گرفتگی صدا و کاتاره برونش‌ها می‌توان تهیه نمود. این گیاه بدن را تحریک کرده مبادلات سلولی را تنظیم و سیستم اعصاب را آرام می‌کند. شیرهٔ تازه آن نیز برای درمان ناراحتی‌های عصبی به کار می‌رود. در مصارف خارجی آن را علیه بیماری‌ها و ورم‌های پوستی به کار می‌برند.

برگ‌های تازه گاوزبان مقدار زیادی ویتامین C دارد و برای تهیه سالاد بهاره که برای چاشنی آن از انیسون سبز و پیاز استفاده می‌کنند، مورد استفاده قرار می‌گیرد.

1. Bourrache

خردل سیاه[1]

Brassica nigra (L.) W.D.J.KOCH

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

زمان برداشت: تیرماه



(تیرهٔ شب‌بو)؛ گیاهی یکساله با ساقه راست و منشعب و برگ‌هایی متناوب و سرنیزه‌ای‌شکل است. برگ‌های پایینی آن دمبرگ دارند و دندانه‌دار نیز هستند. این گیاه دارای گل‌های زرد خوشه‌ای است و به‌تدریج که گل می‌دهد این خوشه بزرگ‌تر می‌شود. میوهٔ آن کپسول‌مانند و پر از دانه‌های سیاه است. موطن اصلی آن حوزه مدیترانه بوده و از زمان‌های قدیم به‌عنوان گیاهی روغن‌دار کشت می‌شده است.

برای جمع‌آوری دانه‌های آن تمام گیاه را قبل از آن‌که گلش به رنگ زرد کم‌رنگ درآید و گیاه شروع به خشک شدن کند به طور کامل می‌چینند. بهتر است گیاه را هنگامی که شبنم زده با دست بچینند تا دانه‌هایش روی زمین نریزد. سپس آن را می‌گذارند تا خشک شود و بعد می‌کوبند. دانه‌های به دست آمده را پاک و خشک می‌کنند. دانه‌ها محتوی سیناپیک تا ۳۵درصد، لعاب، آلبومین، تیوگلوکوزیدها[2] (مواد گوگرددار) هستند و تحت اثر آنزیم‌ها ایزوتیوسینات[3] آزاد می‌کنند. این ماده دارای اثر تحریک‌کننده موضعی است و از آن برای تشدید جریان خون در پوست یا اعضای داخلی (ریه‌ها، غشای داخلی سینه، کلیه‌ها) استفاده می‌شود. ضماد همراه با گرد خردل را در نقاطی که درد روماتیسم، تشنج یا کوفتگی وجود دارد به کار می‌برند. برای این کار خمیری با آرد و آب ۴۵ درجه گرما تهیه می‌کنند. ماندن در حمام با آب ۴۰درجه سانتیگراد همراه با خردل به مدت ۱۵ دقیقه علیه روماتیسم مؤثر است. همهٔ مواد تهیه شده از خردل پوست را تحریک می‌کند و در مدت زمان به‌کار بردن آن‌ها باید دقت شود.

1. Moutarde Noire

2. Albumines, thioglucoside

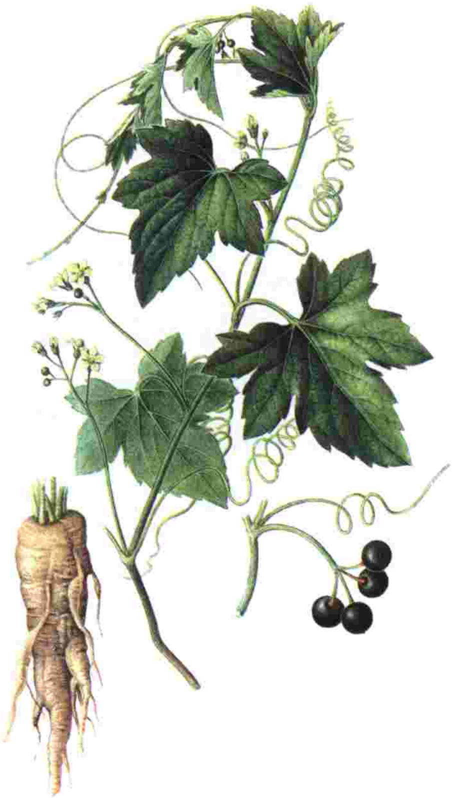
3. Isothiocyanate

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

† زمان برداشت: مهر ـ آبان

فاشرا سفید[1]

Bryonia alba L.



(تیرهٔ کدو)؛ گیاهی پایا با ریشهٔ مخروطی‌شکل منشعب و ساقه‌ای ناهموار و پیچیده است. طول آن به ۵ متر نیز می‌رسد. ساقهٔ آن دارای برگ‌های پنجه‌ای و پیچکی است. از بغل این برگ‌ها خوشه گل‌های ریز سبز رنگ متمایل به زردی که نر و ماده‌اش روی یک پایه قرار دارند، می‌روید. میوهٔ آن به رنگ سیاه است و تمام اندام‌های گیاه سمی است. موطن اصلی آن اروپای جنوبی بوده و در خرابه‌ها به‌وفور می‌روید. در قدیم این گیاه را دور مزارع می‌کاشتند زیرا تصور می‌کردند که از حیوانات اهلی حفاظت می‌کند.

از ریشه آن برای تهیه دارو استفاده می‌شود. پس از این که ریشه را از خاک بیرون آوردند آن را کاملاً شسته به طور حلقه‌حلقه می‌برند و در حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. قسمت‌های محرکهٔ آن طعمی تند، تلخ و عطری ناخوشایند دارند. این قسمت‌ها محتوی گلوکوزیدها (بریونین[2])، تانن، فیتواسترین و رزین‌ها (بریواسترین[3]) هستند. و مسهل بسیار قوی و همچنین مدّر و قی‌آورند. از این گیاه برای مداوای روماتیسم، نقرس و برای دفع نمک‌های سمی بدن استفاده می‌گردد. البته باید همیشه تحت نظر پزشک اقدام به مصرف آن نمود. نوع شبیه به آن فاشرای دوپایه است (دوجنسی) که میوه‌های آن قرمز رنگ است. خواص دارویی آن‌ها شبیه به هم است، و این نوع را نیز جمع‌آوری می‌کنند. هر دو نوع سمی است و حتی در تماس ساده شیرهٔ این گیاه با پوست نیز سوزش و تاول‌های دردناک ایجاد می‌کند. مصرف ۱۵ عدد از میوهٔ این گیاه برای کودکان مرگ‌آور است.

1. Bryone Blanche 2. Bryonine

3. Phytostérin, resine, Bryostérine

شمشاد [1]

Buxus sempervirens L.

دوران گل‌دهی: فروردین ـ اردیبهشت

† زمان برداشت: اردیبهشت ـ خرداد



(تیرهٔ شمشاد)؛ شمشاد درخت یا درختچه‌ای است که در باغ‌ها و پارک‌ها به عنوان گیاه تزیینی کاشته می‌شود. شاخه‌های سبز آن دارای برگ‌های بیضی‌شکل با لبه‌های صاف و چرمی‌شکل است. در اوایل بهار گل‌های نر آن به رنگ زرد طلایی در بغل برگ‌ها ظاهر می‌شود. سپس گل‌های ماده در اطراف گل‌های نر ظاهر می‌گردند. میوهٔ آن به صورت کپسول است. وطن این گیاه اروپای جنوبی بوده که از آن‌جا در تمام دنیا گسترش یافت.

برای مصارف دارویی برگ‌های آن را می‌چینند. برگ‌ها به‌سادگی در سایه خشک می‌شوند، ولی اغلب باید آن‌ها را از این رو به آن رو کرد. برگ‌های خشک شده سبز رنگند و طعم آن‌ها تلخ است. آن‌ها محتوی خصوصاً آلکالوئیدها (بوکسین [2])، اسانس‌های روغنی و تانن هستند. این گیاه در صورت بالا بودن درجه حرارت بدن یا ورم مجاری صفراوی و ادراری مؤثر بوده تب‌بر نیز می‌باشد. مصرف آن به‌صورت دم‌کرده و به مقدار نصف قاشق مرباخوری برای هر فنجان آب است. یا بر حسب نظر پزشک نیم گرم از پودر برگ این گیاه را مصرف می‌کنند. در قدم از این گیاه به جای گنه گنه جهت درمان مالاریا استفاده می‌کردند. در مصارف خارجی از برگ‌های این گیاه برای تهیه کمپرس‌ها یا حمام‌های ضد درد روماتیسم، نقرس و بیماری‌های پوستی بهره می‌برند. این گیاه سمی است و نتیجتاً باید مقدار مصرف تجویز شده را رعایت کرد.

چوب شمشاد خیلی فشرده، محکم و مقاوم است و از آن برای کنده‌کاری و تهیه وسایل موسیقی استفاده می‌شود.

1. Buis   2. Buxine

گل همیشه‌بهار[1]

Calendula officinalis L.

دوران گل‌دهی: فروردین تا اواخر پاییز

زمان برداشت: تمام طول تابستان



(تیرهٔ مرگّبان)؛ گیاهی یکساله است که از قرون وسطی به بعد به‌عنوان گیاهی تزیینی کشت می‌شده است. گل‌های نارنجی تند آن در تمام طول تابستان تا پاییز بدون وقفه می‌شکفند. برگ‌های پایینی آن قاشقی‌شکل و برگ‌های روی ساقه سرنیزه‌ای و متناوب است. نهنج دارای دو نوع گل عقیم، و بارور است. میوه آن، قوسی‌شکل است و برجستگی‌های زبری دارد (پایین سمت راست). موطن اصلی این گیاه جنوب مدیترانه است.

امروزه این گیاه را به‌عنوان گیاهی تزیینی و دارویی کشت می‌کنند. نوع پُر پَر و پرتقالی‌رنگ آن از نظر دارویی ارجحیت دارد. چرا که حاوی مقدار زیادی مواد مؤثره است.

برای مصارف دارویی تمام غنچه‌ها یا فقط غنچه‌های پایه‌دار را جمع‌آوری می‌کنند. این کار را در یک روز آفتابی انجام می‌دهند. گل‌ها را روی سبد و در سایه با درجه حرارت حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. گل‌ها محتوی یک کالندولاساپونین ـ اسید ـ تری‌ترپنوئید[2]، دیگر گلوکوزیدها و کالندولوزیدها[3]، شیره‌های تلخ و نوعی اسانس روغنی‌اند. از آن‌ها برای تحریک فعالیت کبدی و خصوصاً ترشح صفرا استفاده می‌گردد. برای تسکین اسپاسم‌های معده یا روده‌ای نیز به کار می‌روند. این گیاه دارای اثر ضد تشنج و مسهل صفراست. در مصارف خارجی جوشانده، تنطور یا پماد تهیه شده از این گیاه را برای مداوای زخم‌های صعب‌العلاج، زخم‌های سیاه، جراحت پاها، ورم‌های چرکین و بیماری‌های پوستی به کار می‌برند. صنعت تولید لوازم آرایشی در بسیاری موارد از این گیاه برای نرم کردن پوست، حمام‌ها و مصارف موضعی استفاده می‌کنند. از رنگ نارنجی تند این گیاه برای بهبود بخشیدن حالت ظاهری دیگر مواد دارویی استفاده می‌شود.

1. Souci officinal
2. Calendulasaponine - Acide - Triterpénoïde
3. Calendulosides

علف جارو یا خلنگ[1]

Calluna vulgaris (L.) HILL

دوران گل‌دهی: مرداد تا اواخر مهر

زمان برداشت: مرداد تا پایان شهریور



(تیرهٔ اریکاسه)[2]؛ درختچه‌ای خزنده، همیشه سبز با ساقه‌ای ریشه‌دهنده است. برگ‌ها نوک‌تیزند و گل‌های ریز و قرمز گیاه در انتهای ساقه و شاخه‌ها به صورت خوشه‌ای ظاهر می‌شوند. این گیاه در مناطق معتدل به وفور یافت می‌شود. خلنگ روی زمین‌های ضعیف، سنگلاخ‌ها، خاک‌های اسیدی و شنی پوشش‌های بزرگی ایجاد می‌کند.

برای مصارف طبی گل یا سرشاخه‌های گلدار آن را جمع‌آوری می‌کنند. گل‌ها را با دست می‌چینند. سرشاخه‌ها را نیز در اوایل گل دادن گیاه می‌چینند. این قسمت‌ها را به راحتی می‌توان در معرض جریان هوا در محلی سایه‌دار یا با استفاده از خشک‌کن با حرارت حداکثر ۶۰ درجه سانتیگراد خشک کرد. گیاه خشک شده را باید در محلی تاریک و خشک نگهداری کرد. این گیاه محتوی فلاونین، گلوسیدها (کرسیترین، میری سیترین[3]) تانن‌ها، اسید سیلیسیک و دیگر عناصر است. از نظر خواص دارویی دارای اثر ضد تورمی خصوصاً تورم مجاری ادرار، مدّر و آرامبخش است. در صورت ترکیب با دیگر گیاهان در درمان ناراحتی‌های مجاری ادرار مؤثرتر است. از این گیاه علیه بیماری‌های کلیوی و هیپرتروفی پروستات (بزرگ شدن پروستات) نیز استفاده می‌گردد. گل آن به صورت دم‌کرده‌ای به مقدار یک قاشق چایخوری برای ۲ فنجان آب مصرف می‌شود و هر بار باید نصف فنجان و ۲ تا ۳ بار در روز نوشید.

بعضی دیگر از گونه‌های این خانواده همین اثر را دارد. دو گونه از آن‌ها هم تزیینی و عسل دهنده‌اند.

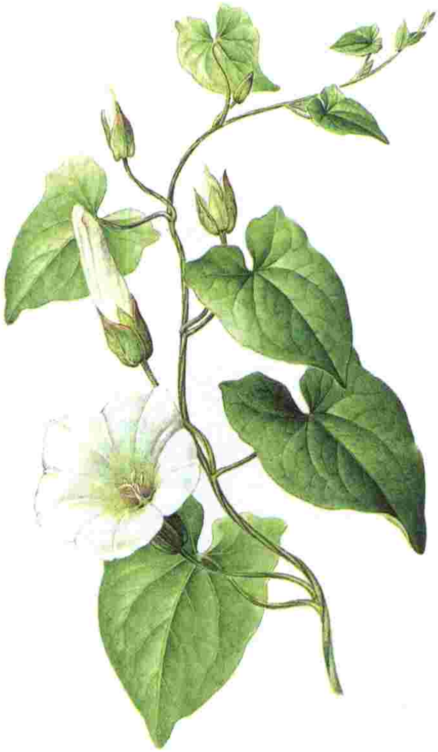
1. Bruyére
2. Ericaceae
3. Quercitrine, Myricitrine

نیلوفر [1]

دوران گل‌دهی: اواخر بهار تا اوایل پاییز

زمان برداشت: تمام طول تابستان

Calytegia sepium (L.) R.BR. (syn.: *Convolvulus sepium* L.)



(تیرهٔ نیلوفر)؛ گیاهی است علفی و پایا با ریزومی ضخیم و خزنده. طول ساقهٔ بالاروندهٔ این گیاه ممکن است به چند متر برسد و در قسمت انتهایی منشعب شود. برگ‌های آن نوک‌تیز و بیضی یا مثلثی‌شکل و رنگ آن‌ها در قسمت رویی سبز تیره و در پشت سبز روشن است. از بغل برگ‌ها تک گل‌های سفید، قرمز یا آبی با دم بلند می‌رویند. گلبرگ‌ها پیوسته و قیفی‌شکل هستند. میوه کپسولی و کروی‌شکل است. این گیاه در اماکن مرطوب، علفزارها، حاشیهٔ رودخانه‌ها، دشت‌ها و کوه‌ها می‌روید. گونه‌هایی از این خانواده زینتی است و در باغچه‌ها و حصار منازل کاشته می‌شود.

برای مصارف دارویی اغلب سرشاخه‌های گلدار آن را در موقعی که گیاه کاملاً گل داده می‌چینند و در سایه و محلی که هوا جریان داشته باشد یا در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۴۰درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. قسمت‌های محرکه گیاه بدون بو و دارای مزه‌ای گس است. این گیاه محتوی تانن، نوعی گلوکوزید، ژالاپین [2] و مواد لعابدار است. تمام این مواد کار ماهیچه‌های صاف را تحریک نموده، حرکات دودی روده را شدت بخشیده ترشح صفرا را بالا می‌برند. از آن‌ها در جوشانده‌ها به مقدار ۲ قاشق چایخوری برای هر فنجان آب استفاده می‌کنند که ملین و مسهل صفراست. این گیاه مدر و تب‌بر نیز هست. نیلوفر آبی که در تالاب‌ها می‌روید مسهلی نسبتاً قوی است.

این گیاه عسل دهنده و تولیدکننده گرده گل خوبی است.

1. Liseron Des Haies 2. Jalapine

شاهدانه[1]

Cannabis sativa L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر مرداد

زمان برداشت: مرداد تا اواخر شهریور و مهر



(تیرهٔ شاهدانه)؛ گیاهی علفی و سالانه با ساقه‌ای ضخیم و راست و برگ‌های پنجه‌ای است. گیاه دو پایه است و گل‌های نر خوشه‌ای و گل‌های ماده در بغل برگ‌ها جای دارند. عمل گرده‌افشانی در این گیاه توسط باد انجام می‌شود. میوهٔ آن خشک، به رنگ خاکستری ـ سبز و براق است (در قسمت پایین). موطن اصلی این گیاه هندوستان است و در مناطق گرم به عنوان گیاه تولیدکننده الیاف، روغن دار، دارویی و مخدر کشت می‌شود.

شاهدانه هندی بیش ترین مقدار مواد دارویی و تخدیرکننده را در خود دارد که به آن حشیش گفته می‌شود. این گیاه برای مصارف صنعتی در هند و مکزیک کشت می‌شود. حشیش ماده‌ای رزینی با عطری تند است که از غده‌های موجود در روی برگ‌های فوقانی و گل‌های ماده به‌دست می‌آید. برای برداشت درست قبل از این که گیاه گل بدهد آن را تکان می‌دهند. از این گیاه برای تهیه داروهای آرام‌کننده سیستم اعصاب که در بیماری‌هایی از قبیل فشارهای عصبی، اضطراب بیش از حد، کار فکری زیاد، میگرن، سرفه‌های آسمی و برای بی‌حسی موضعی در دندانپزشکی به کار می‌رود. این گیاه ماده تخدیرکننده قوی دارد که درصورت مصرف کردن یا دودکردنش حالت تخدیر و وهم ایجاد می‌کند. از سرشاخه‌های شاهدانه برای تهیه دارو استفاده می‌شود. با اضافه نمودن آن به توتون، مادهٔ سخدّر خطرناکی به نام ماری‌جوانا به دست می‌آید.

همهٔ انواع شاهدانه دارای فیبرهای بلند و محکمی هستند که از زمان قدیم برای تهیه طناب، نخ و پارچه از آن استفاده می‌شده است. دانه‌های آن نیز تا ۳۵ درصد دارای نوعی روغن رطوبت‌گیر است.

1. Chanvre cultivé

کیسه کشیش [1]

Capsella bursa-pastoris (L.) MEDIK

دوران گل‌دهی: اوایل بهار تا اواخر پاییز

زمان برداشت: بهار و تابستان



(تیرهٔ شب بو)؛ گیاهی است یکساله تا دو ساله با ساقه‌ای منشعب و برگ‌هایی با بریدگی عمیق. گل‌ها به حالت خوشه‌ای و در انتهای ساقه و شاخه‌ها ظاهر می‌شوند. میوهٔ آن کپسول و قلبی‌شکل (در پایین شکل) است. این گیاه خودرو که در تمام دنیا گسترده شده، زمانی به‌عنوان بندآورنده خون چه در زایمان و چه در زخم‌های باز به‌کار می‌رفته است.

شاخه برگ‌دار آن را در اوایل گل‌دهی گیاه همراه با برگ‌های زمینی‌اش با دست می‌چینند و پس از تمیز کردن به صورت لایه‌های نازک پهن نموده خشک می‌کنند. درجه حرارت باید پایین‌تر از ۴۰ درجه سانتیگراد باشد. گیاه خشک شده را در جایی خشک و در ظروف دربسته نگهداری می‌کنند. این گیاه محتوی کولین، استیل کولین [2]، یک آلکالوئید، بورسین [3]، اسیدهای آلی و تانن است. این گیاه اثر قابض و بندآورنده خون دارد و از آن برای توقف خونریزی‌های معده، ریه، رحم و درمان کاتاره معده ـ روده‌ای استفاده شده که ضمن مدر بودن روی عضلات صاف رحم نیز اثر می‌گذارد. و در خونریزی‌های زخم و ناراحتی‌های کلیوی و ادراری به‌کار می‌رود. داروی به‌دست آمده را به شکل خیسانده سرد به مقدار ۶ قاشق چایخوری برای ۲ فنجان آب که به مدت ۱ ساعت خیس خورده و سپس صاف شده باشد یک روز در میان مصرف می‌کنند.

در مصارف خارجی این گیاه را برای پاک کردن زخم، ناراحتی‌های پوستی و اگزمایی که به علت گرمای بیش از حد به وجود می‌آید، به‌کار می‌برند.

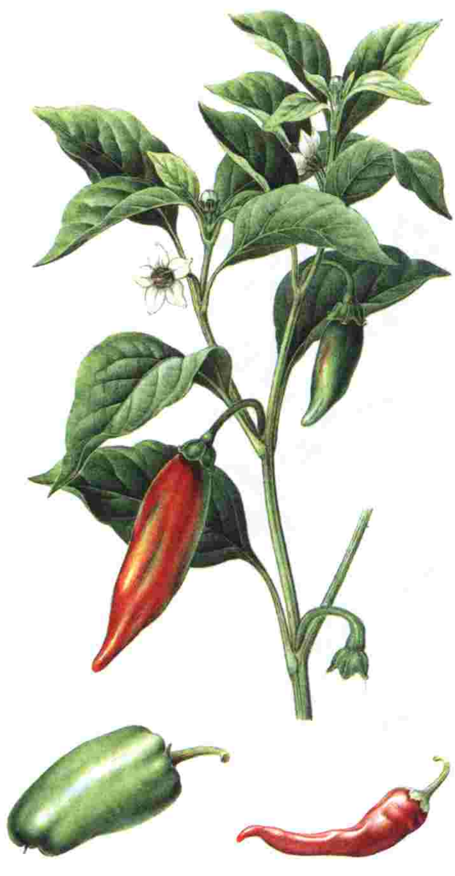
1. Capselle Bourse-à-Pasteur
2. Choline , Acétylcholine
3. Bursine

فلفل قرمز، فلفل سبز [1]

Capsicum annuum L.

دوران گل‌دهی: اواخر بهار تا اواخر تابستان

زمان برداشت: طول تابستان و اوایل پاییز



(تیرهٔ سیب زمینی)؛ گیاهی یکساله با ساقهٔ افراشته و منشعب است. برگ‌ها بیضی‌شکل و براق هستند که از بغل آن‌ها گل‌های سفیدی که دم کوچکی دارند می‌رویند. پس از گل دهی و تلقیح، میوه که بر حسب ارقام مختلف آن قرمز، زرد یا سبزرنگ است، ظاهر می‌شود. موطن اصلی این گیاه مناطق حاره و نیمه حاره آمریکاست.

نوعی از آن‌که دارای میوه‌های کشیده، قرمز رنگ و تند و سوزاننده است ارزش دارویی دارد. میوه رسیده آن را با دست می‌چینند و روی سبد پهن می‌کنند تا پلاسیده شود، و قبل از این که کاملاً خشک شود آن را به نخ کشیده آویزان می‌کنند. عمل آسیا کردن آن باید با احتیاط کامل انجام شود، زیرا فلفل تحریک‌کننده قوی پوست و مخاط است. قسمت‌های محرکه آن محتوی نوعی آمیدازته محرک، کپسایسین [2]، ماده‌ای روغنی، کپسی‌سین [3]، مواد رنگی قرمز از گروه کاروتن [4]، ویتامین‌های C، B_1، B_2 و E، مواد چرب و دیگر مواد است. مواد به‌دست آمده از این گیاه خصوصاً دارای مصارف خارجی هستند. در داروسازی از آن همه نوع عصاره، تنطور، مرهم و ضماد با اثر تحریک‌کننده پوست و مخاط تهیه می‌گردد. از فلفل خصوصاً در درمان دردهای روماتیسمی، سیاتیک یا سینه پهلو استفاده می‌شود. این مرهم‌ها را می‌توان از دیگر ارقام فلفل نیز تهیه کرد. در مصارف داخلی، مقوی معده است و حرکات دودی معده ـ روده‌ای را تحریک نموده ترشح شیره معده را زیاد می‌کند.

فلفل شیرین تازه سبزی بسیار خوبی است که مقدار زیادی ویتامین C دارد. از هر دو نوع فلفل به عنوان گیاهی معطر و طبخی استفاده می‌شود.

1. Piment des Jardins
2. Capsaicine
3. Capsicine
4. Caroténe

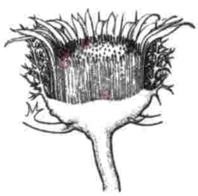
کارلین[1]

Carlina acaulis L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر شهریور

زمان برداشت: ریشه‌ها: شهریور تا اواخر آبان





(تیرهٔ مرکّبان)؛گیاهی علفی، پایا بدون ساقه یا با ساقه‌ای کوتاه است که در دامنه‌های آفتابگیر و اراضی بکر و در مراتع می‌روید. ساقهٔ آن آن قدر کوتاه است که به نظر می‌رسد گل‌ها در وسط برگ‌های زمینی دندانه‌دار و تیغدار قرار گرفته‌اند. میوهٔ آن فندقه است و یک دسته تار بلند به شکل کاکل دارد. این گیاه از دوران قدیم برای درمان ناراحتی‌های پوستی، دفع کرم کدو و بعدها علیه طاعون به کار می‌رفته است. در حال حاضر این گیاه به سبب برداشت بیش از حد از آن مورد تهدید قرار گرفته و در بعضی نقاط جزو گیاهان حفاظت‌شده محسوب می‌شود.

ریشه این گیاه را با دست از خاک بیرون می‌کشند و پس از این که کاملاً تمیز شد قسمت‌های سبز آن را جدا کرده ریشه را در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۳۵ درجه خشک می‌کنند. این ریشه‌ها باید در ظروف دربسته نگهداری شوند. آن‌ها محتوی اینولین تا ۳۵درصد، اسانس‌های روغنی و مواد تلخ هستند. از ریشه‌ها به‌عنوان مدر، معرّق و تب‌بر استفاده می‌کنند. این گیاه در درمان ناراحتی‌های معده، افزایش اشتها و نیز به عنوان مسهلی مؤثر علیه انگل‌های روده به کار می‌رود. برای تهیه دم‌کرده آن به نسبت ۲ تا ۵ درصد از گیاه را حدود ۲۰ دقیقه دم می‌کنند. از این دم‌کرده ۳ فنجان در روز مصرف می‌شود. جوشانده آن در دفع میکروارگانیسم‌های مضر مؤثر است. از ریشه این گیاه در آب حمام استفاده می‌گردد.

در کشورهای جنوبی از برگ‌های جوان آن در سالاد استفاده می‌کنند.

1. Carline Acaule

زیره[1]

Carum carvi L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

زمان برداشت: تیر و مرداد (سال دوم)



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی است دو ساله با ریشهٔ عمیق، ساقهٔ کوتاه و برگ‌های دندانه‌دار. گل آذین چتر مرکب است و گل‌ها به رنگ سفید یا صورتی‌اند. میوه آن دی‌آکن و تمام گیاه معطر است. زیره در اروپا و آسیا به طور خودرو می‌روید و همچنین آن را کشت نیز می‌کنند. این گیاه از قدیم چه به خاطر عطر آن و چه به خاطر دارا بودن خاصیت هضم آن مورد توجه مردم بوده است.

برای مصارف دارویی غنچه‌های رسیده یا تمام گیاه را جمع‌آوری نموده می‌گذارند تا خشک شود، سپس آن را می‌کوبند و پاک می‌کنند. در کشت صنعتی این کار را به طور مکانیکی انجام می‌دهند. میوه‌ها باید کاملاً خشک نگهداری شوند. آن‌ها محتوی ۳ تا ۷ درصد اسانس روغنی هستند که این اسانس دارای کارون و لیمونن[2] بوده، همچنین این گیاه محتوی آلبومین‌ها، نشاسته، قند، تانن‌ها و روغن است. آن‌ها فعالیت جهاز هاضمه را تحریک نموده، تشنجات عضلات صاف را کاهش داده از تشکیل گاز معده جلوگیری می‌کنند. این میوه‌ها میکروارگانیسم‌های مضر را دفع نموده از ازدیاد انگل‌های روده‌ای جلوگیری می‌کنند. آن‌ها را به صورت خرد شده یا پودر یا خود میوه به طور کامل به مقدار نیم تا یک گرم در روز می‌توان جوید. برای تهیه دم‌کرده آن ۲ قاشق مرباخوری از میوه خردشده را برای هر فنجان آب مصرف می‌کنند و ۲ تا ۳ فنجان در روز می‌آشامند. زیره ترشح غدد شیری را تحریک می‌کند. اسانس زیره را به مقدار ۱ تا ۳ قطره روی یک حبه قند ریخته صرف می‌کنند. مصرف بیش از این مقدار برای کبد و کلیه‌ها مضر است. زیره به مقدار زیادی در صنایع غذایی به کار می‌رود.

1. Carvi
2. Carvone , Limonéne

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر مرداد

زمان برداشت: خرداد تا اواخر مرداد

گل گندم (قنطریون)[1]

Centaurea cyanus L. (syn.: *Cyanus segetum* HILL)



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی یکساله یا دو ساله با ساقه‌ای منشعب و برگ‌هایی به رنگ سبز مایل به سفید و پوشیده از تارهای پنبه‌ای شکل است. کاپیتول‌ها که در رأس ساقه و شاخه‌ها قرار دارند، گل‌های لوله‌ای و آبی‌رنگ می‌دهند. میوهٔ آن فندقه و دارای تارهای بلندی است. موطن اصلی آن مناطق مدیترانه‌ای بوده، ولی در تمام دنیا همراه با کشت غلات گسترش یافته است، اما به دلیل مصرف رو به تزاید سموم دفع علف‌های هرز این گیاه هر روز کم‌تر یافت می‌شود.

برای مصارف دارویی گل‌های این گیاه را در یک روز آفتابی با دست چیده سپس آن‌ها را در لایه‌های نازک روی سبد در سایه و در جایی که هوا جریان داشته باشد یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه حرارت خشک می‌کنند. پس از خشک شدن، آن‌ها را باید در محلی دور از نور و خشک نگهداری کرد. آن‌ها دارای مواد رنگی آلی هستند که مهم‌ترینشان عبارتند از سانتورین، نوعی گلوکوزید، سیکورین[2]، ساپونین، لعاب و تانن. از این گیاه به عنوان دارویی مدر و تحریک‌کننده متابولیسم استفاده می‌شود. این گیاه در ترکیبات جوشانده‌هایی که برای تنظیم کار جهاز هاضمه و درمان ناراحتی‌های معده به‌کار می‌روند استفاده می‌شود. گل‌های خشک شدهٔ آن را نیز برای رنگی نمودن بعضی از داروها و جوشانده‌ها به‌کار می‌برند. ماده رنگی آبی آن در لوازم آرایشی مورد استفاده دارد. در مصارف خارجی از این گیاه در حمام‌هایی استفاده می‌کنند که برای زخم‌ها و ناراحتی‌های اولسر مفید است. این گیاه عسل دهنده خوبی است.

1. Bleuet
2. Centaurine , cichorine

قنطریون صغیر[1]

Centaurium erythraea RAFN [syn.: *Centaurium minus* MOENCH; *Erythraea centaurium* (L.) PERS.]

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد ـ تیر



(تیرهٔ جنتیان)؛ گیاهی است علفی دو ساله با ساقه‌ای چهارگوش که به طور دوتایی منشعب شده است. برگ‌های طوقه‌ای بیضی‌شکل و بقیه آن‌ها فاقد دمبرگ و متقابل هستند. گل‌ها صورتی‌رنگ و خوشه‌ای و میوهٔ آن به شکل کپسول است. این گیاه در روی تپه‌های آفتابگیر مرغزارها و مراتع می‌روید.

برای تهیه دارو سرشاخه‌های گلدار آن را وقتی که گیاه کاملاً گل داد از حدود ۵ سانتیمتر بالاتر از سطح زمین با دست قطع می‌کنند، ضمناً $\frac{1}{4}$ گیاه را برای این که دوباره بروید رها می‌کنند. قسمت‌های جمع‌آوری شده را در لایه‌های نازک ضمن آن‌که مرتباً باید پشت و رو شوند در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه حرارت خشک می‌کنند. پس از خشک‌شدن آن‌ها را در محلی به دور از نور و در ظروف سربسته نگهداری می‌کنند. از نظر دارویی این گیاه مهم است و موارد مصرف زیادی دارد. این گیاه خصوصاً محتوی گلوکوزیدهای تلخی نظیر ژنسیوپیکرین، اریتروسانتورین[2]، نوعی اسانس روغنی، تانن و دیگر مواد است. شیره‌های تلخ آن قسمت‌های انتهای عصب‌های چشایی زبان را تحریک می‌کند که باعث ازدیاد ترشحات معده می‌شود. از این گیاه داروهای مختلفی از قبیل قطره و دم‌کرده تهیه می‌شود. در طب مردمی نیز دم‌کرده یا جوشانده‌ای به مقدار یک قاشق مرباخوری از قسمت‌های خشک شده در $\frac{1}{4}$ لیتر آب تهیه می‌شود که باید صبح و شب قبل از غذا مصرف شود. عصارهٔ الکلی آن را نیز به همین شکل مصرف می‌کنند.

1. Petite Centaurée
2. Genciopicrine, Erythrocentaurine

خزه ایسلند[1]

Cetraria islandica (L.) ACH.

زمان برداشت: تمام سال، ولی بهترین زمان آن ماه‌های فروردین تا شهریور است.



(تیرهٔ پارملیاسه)؛ این خزه که به شکل شاخه شاخه است در نقاطی که خاک ضعیف و اسیدی باشد و اکثراً در جنگل‌های کاج، روی صخره‌ها، تنهٔ درخت‌ها و روی دیواره‌ها می‌روید. به رنگ سبز زیتونی و به شکل دندانه‌دار با لکه‌های قرمز در قسمت‌های فوقانی است. مردم مناطق شمالی اروپا خواص دارویی این خزه را از قدیم می‌شناخته‌اند و ماده غذایی خوبی برای انسان و حیوان بوده است. خزه‌ها را در تابستان یعنی زمانی که دارای بیش‌ترین مواد مؤثره است جمع‌آوری می‌کنند. در آن هنگام این گیاه به خوبی رشد کرده و بیش‌ترین تولید را دارد. باید متذکر شد که این خزه به حالت تازه و سبز قابل مصرف نیست.

مثل گیاهان علوفه‌ای خزهٔ برداشت شده را در محلی سایه و باز کاملاً خشک و سپس در ظروف سربسته نگهداری می‌کنند. این گیاه محتوی لیشنین، ایزولیشنین، اسید ستراریک[2]، لعاب عصاره‌های تلخ و ید است. مواد لعابی آن اثر خوبی روی سرفه، گرفتگی صدا، سیاه‌سرفه و آسم برونشی (اکسپکتورانت و ضد سرفه) دارند. عصاره‌های تلخ آن اشتها و ترشح شیرهٔ معده را تحریک می‌کنند. این خزه باید در دو مرحله پخته شود. مقدار مصرف روزانه آن ۱/۵ گرم است. جوشاندهٔ اول آن تلخ است و جوشاندهٔ دوم آن مواد لعابدار دارد. وقتی که این گیاه مادهٔ تلخ خود را از دست بدهد به صورت ماده بهداشتی خیلی خوبی در می‌آید. در کشورهای شمالی از آن آرد و الکل نیز تهیه می‌کرده‌اند.

نوع دیگر این خزه اورنیکادوپرونوس[3] است که روی درخت آلو می‌روید (شکل پایین) این نوع خزه را نیز به دلیل خواص دارویی‌اش جمع‌آوری می‌کنند.

1. Lichen D'islande, mousse D'islande
2. Lichénine, isolichénine, Acide cetrarique
3. Evernia du prunus

بابونه رومی[1]

Chamaemelum nobile (L.) ALL. (syn.: *Anthemis nobilis* L.)

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

زمان برداشت: تیر تا اواخر مرداد



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی و پایا با ساقه‌ای خزنده و منشعب است که برگ‌های متناوب با بریدگی‌های عمیق دارد. در قسمت انتهای ساقه‌ها گل‌های پایه‌دار لوله‌ای قرار دارند، ولی انواع اصلاح شدهٔ آن دارای گل‌هایی است که فقط پایه دارند.

وقتی که هوا گرم و خشک باشد با وسیله‌ای که بتوان با آن فقط غنچهٔ گل را بدون پایه آن چید گل‌های این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. باید دقت کرد که غنچه‌ها لِه نشوند. سپس آن‌ها را روی سبدی در محلی سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه حرارت خشک و در ظروف سربسته نگهداری می‌کنند. گل‌ها محتوی نوعی اسانس روغنی شامل آزولن، شیره‌های تلخ، گلوکوزیدها و شولین هستند. آن‌ها سیستم اعصاب را آرام، تشنجات را کاهش و خصوصاً ناراحتی‌های زنانه را تسکین می‌دهند. از آن جوشانده‌ای به نسبت ۲ درصد که مدت ۱۵ دقیقه جوشانده شود، تهیه می‌شود که تا ۳ فنجان از آن را هر روز می‌توان مصرف کرد.

در مصارف خارجی جوشانده‌ای ۱۰ برابر غلیظ‌تر از آنچه گفته شد با مدت جوشاندن ۲۰ دقیقه، تهیه می‌گردد که از آن در بهداشت پوست وشستن موهای بلند (مو را به طور طبیعی شفاف و درخشان می‌کند) استفاده می‌شود. از تقطیر سرشاخه‌ها اسانس روغنی به دست می‌آید که در لوازم آرایشی و دارویی مصارف بسیاری دارد.

1. Camomille Romaine

دوران گل‌دهی:اردیبهشت تا اواخر خرداد

زمان برداشت: اردیبهشت ـ خرداد

بابونه آلمانی[1]

Chamomilla recutita (L.) RAUSCH. (syn.: *Matricaria chamomilla* L.)

(تیرهٔ مرکبان)؛ گیاه علفی، سالانه با ساقه افراشته و منشعب که برگ‌هایش بسیار منقسم است و گل‌ها در رأس ساقه و شاخه‌ها قرار دارد. گل‌های میانی تـهنج لوله‌ای و زردرنگ و گـل‌های کناری زبانه‌ای و سفیدرنگ و میوه فندقه است.

این گیاه در نقاط مختلف اروپا، آسیا و امـریکای شـمالی می‌روید. نوع اصلاح شدهٔ آن بـه دلیـل خـواص دارویـی کشت می‌شود. در کنار انواع بومی و سنتی آن‌که بابونه چکسلواکی در میان آن‌ها در ردیف اول قرار دارد، امروزه نوع تتراپلوئید پرورشی بیش‌ترین مقدار مواد محرکه را در خود دارد.

قسمت مورد استفادهٔ این گیاه نیز گل‌های آن است و کـار چیدن گل‌ها را وقتی هوا خوب است ۳ تا ۴ بار در سال انـجام می‌دهند. غنچه‌ها را در لایه‌های نازک پهن می‌کنند و در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حـرارت خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی اسانس روغنی تا یک درصد، بلوکلر پس از تقطیر (آزولن، شامازولن)، بیزابولول، فارنزن[2]، فلاون‌ها (مواد رنگی)، گلوکوزیدهای کومارینیک[3] و تعداد زیادی مـواد دیگـر هستند. غنچه‌های بابونه اثـر ضـد تـورمی، ضـدعفونی‌کننده، معرّق و مسکّن دارند. بابونه از گیاهان دارویی است که خصوصاً در طب کودکان مورد مصرف زیادی دارد. دم‌کردهٔ آن به مـقدار یک قـاشق سـوپخوری در یک لیـتر آب بـرای درمـان گـریپ (تعریق‌کننده و آرام‌کننده)، ناراحتی‌های معده ـ روده‌ای یا اسهال به کار می‌رود. خصوصاً اثر ضدعفونی‌کنندهٔ آن در درمان ورم‌های مجاری ادرار مؤثر است. در مصارف خارجی از بابونه برای تهیه کمپرس‌ها و حمام‌ها برای زخـم‌هایی کـه بـه سـختی درمـان می‌شوند، استفاده می‌گردد.



1. Camomille Allemande
2. Bleuclair(Azuléne, Chamazuléne), Bisabolol, Farnéséne
3. Coumarinique

بابونه گاوی[1]

دوران گل‌دهی: از فروردین تا اواخر شهریور
زمان برداشت: فروردین تا پایان تیرماه

Chamomilla suaveolens (PURSH) RYDB.(syn.: *Matricaria discoidea* DC.)





(تیرهٔ مرکّبان)؛گیاهی علفی، یکساله با ساقه افراشته، پرشاخه و پربرگ است. برگ‌ها بدون دمبرگ و متناوب هستند. غنچه‌های آن به طور مجزا در رأس ساقه و شاخه‌ها ظاهر می‌شوند. رنگ آن‌ها سبز متمایل به زرد است و گرزی مخروطی‌شکل، توخالی، بدون گل‌های کناری و گرد دارند. میوه فندقه و تمام گیاه معطر است. موطن اصلی این گیاه آمریکای شمالی و شرق آسیاست. این گیاه در حاشیه جاده‌ها و در مخروبه‌ها می‌روید و ممکن است در مناطق سردی که بابونه معمولی قادر به رویدن نیست جانشین خوبی برای آن باشد.

برای مصارف دارویی گل‌های این گیاه را همراه با مقدار کمی از سرشاخه‌ها، هنگامی که کاملاً شکفته شده‌اند، جمع‌آوری می‌کنند که پس از خشک شدن دارویی با عطر خوشایند از آن به دست می‌آید. دارو را باید در ظروف سربسته نگهداری کرد. گل‌ها دارای نوعی اسانس روغنی (که مقدار آن کم‌تر از بابونه واقعی است)، تانن‌ها، گلوکوزیدها و نوعی شیرهٔ تلخ هستند. موارد مصرف آن همان‌هایی است که در مورد بابونه واقعی ذکر شد. با این تفاوت که این گیاه دارای قدرت ضد تورمی نیست. جوشانده آن کمک درمانی خوبی برای گریپ (عرق‌آور) است. همچنین در سوءهاضمه (ضدعفونی‌کننده و بادشکن) و دفع انگل‌های روده‌ای مؤثر است. جوشانده‌های خیلی غلیظ آن را برای شستن دهان و شستن پوست بیمار به کار می‌برند.

1. Matricaire en disque

مامیران بزرگ[1]

Chelidonium majus L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا اواخر مرداد

† زمان برداشت: اردیبهشت تا اواخر مرداد



(تیرهٔ خشخاش)؛ گیاهی علفی و پایاست که در اکثر نقاط دنیا در خرابه‌ها و اطراف مناطق مسکونی به طور خودرو می‌روید. ریشه‌اش مخروطی‌شکل است و ساقه‌ای پرشاخه و پوشیده از برگ‌های دندانه‌دار متناوب دارد. گل‌های زردرنگ آن در انتهای شاخه‌ها ظاهر می‌شود. میوهٔ آن کپسولی و دراز است. کلیه اندام‌های گیاه محتوی لاتکس (شیرابه) نارنجی‌رنگ است. این گیاه سمی است و شیرهٔ آن به پوست و چشم آسیب می‌رساند.

سرشاخه‌های این گیاه را قبل از آن‌که کاملاً گل بدهد جمع‌آوری می‌کنند. برای این کار باید دستکش به همراه داشت. قسمت‌های جمع‌آوری شده را روی سبد پهن یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی آلکالوئیدها تا ۴درصد (شلیدونین، شلریترین، سانگی‌سوربین و بربرین[2]) هستند که مربوط به اسید شلی‌دونیک[3] و دیگر مواد است. شلیدونین ضد تشنج و آرام‌کنندهٔ دردهای روده و عروق است. این ماده با گشاد نمودن عروق کرونر روی جریان خون اثر گذاشته فشار خون را بالا می‌برد. آلکالوئیدها نیز دارای اثر باکتری کش هستند. مدتی است که ترکیبات این گیاه را روی غدد بدخیم (شلیدونین سمی میتوتیک است و مثل کلشیسین روی تقسیم سلولی اثر می‌کند) آزمایش می‌کنند. طب سنتی از این گیاه مرهمی تهیه می‌کند که از آن برای درمان اگزمای مزمن استفاده می‌شود. استفاده از عصاره تازهٔ آن به خاطر سمّی بودن توصیه نمی‌شود. داروهایی که از ترکیب مامیران تهیه می‌شوند، باید تحت نظر پزشک مصرف شوند.

1. Grande chélioine
2. Chélidonine, chélérythrine, sanguisorbine, berbérine.
3. Chélidonique

چای مکزیکی[1]

Chenopodium ambrosioides L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر شهریور

زمان برداشت: خرداد تا پایان شهریور



(تیرهٔ اسفناجیان)؛ گیاهی علفی یکساله با ساقه قرمز رنگ و منشعب است. برگ‌هایش متناوب کشیده و سرنیزه‌ای شکل هستند. گل‌ها مجتمع، میوه خشک و تمام گیاه معطر است. موطن اصلی این گیاه مناطق حارهٔ امریکاست که از آن‌جا در قرن ۱۷ به اروپا آورده شد. از این گیاه دم‌کرده‌ای شبیه چای تهیه می‌کنند.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های گلدار گیاه را با دست می‌چینند و این عمل را تا سه بار در سال تکرار می‌کنند. خشک کردن قسمت‌های جمع‌آوری شده کاری مشکل است و باید آن‌ها را به صورت لایه‌های نازک پهن کرد و دائماً از این رو به آن رو کرد. وقتی که خشک شدند آن‌ها را در ظروفی که در آن محکم بسته شده باشد، در محلی دور از نور نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی نوعی اسانس روغنی هستند که ترکیباتی از قبیل آسکاریول[2]، ساپونین‌ها، تانن‌ها و عصاره‌های تلخ دارد. دم‌کردهٔ این گیاه کار جهاز هاضمه و مبادلات سلولی را تحریک می‌نماید. همچنین برای دفع انگل‌های روده‌ای و عادت ماهانه دردناک، آسم، ناراحتی‌های عصبی و فلج بعضی از اعضا مؤثر است. خصوصاً اسانس این گیاه که از طریق تقطیر گیاه تازه به دست می‌آید برای دفع انگل‌های روده‌ای بسیار مفید است. از این گیاه در دامپزشکی نیز استفاده‌های مشابهی به‌عمل می‌آید. خشک شدهٔ این گیاه و همین طور اسانس آن به مقدار زیاد سمی است و فقط بایستی تحت نظر و کنترل پزشک مصرف شود. در تصویر برگ‌های انواع مختلف این گیاه با هم مقایسه شده است.

1. Thé du mexique, Ambroisine

2. Ascariol

پیرتر [1]

Chrysanthemum cinerariifolium (TREV.) VIS. (syn.: *Pyrethrum cinerariifolium* TREV.)

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

زمان برداشت: اردیبهشت تا اواخر تیر



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی است علفی، پایا با ساقهٔ افراشته و برگ‌های متناوب و بریده بریده که از پشت پرزدار هستند. گل‌ها در رأس شاخه‌ها ظاهر می‌شوند و گلبرگ‌های سفید و پرچم‌های زرد رنگ دارند. کلیه اندام‌های گیاه دارای عطری نافذ است. موطن اصلی این گیاه دالماتی بوده که از آن‌جا به‌عنوان گیاهی تزیینی و دافع حشرات در تمام جهان گسترده شده است.

غنچه‌های جوان آن را هنگامی که در حال شکفتن هستند از روی بوته‌های ۳ تا ۸ ساله دوبار در سال جمع‌آوری می‌کنند. اول آن‌ها را می‌گذارند تا پلاسیده شوند، سپس در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. غنچه‌ها محتوی پیرترین و سینرین [2]، نوعی اسانس روغنی، گلوکوزید و دیگر مواد هستند. پیرترین و سینرین در صورت تماس دافع حشرات موذی هستند، همچنین از آن می‌توان علیه آفات گیاهی نیز استفاده کرد. این مواد علیه آسکارید نیز مؤثر است. اثر آن‌ها را می‌توان با افزودن مواد دیگری از قبیل سزامین، پیپرونیل [3] و غیره تقویت کرد. خاصیت مهمی که این مواد دارند این است که محیط زیست را آلوده نمی‌کنند. زیرا در طبیعت و در بدن موجودات زنده انباشته نمی‌شوند و برای انسان و حیوانات خونگرم سمی نیستند. این مواد فقط سیستم اعصاب موجودات پست را فلج می‌کنند. حشرات به آن‌ها نه خو می‌گیرند و نه علیه این مواد در بدن آن‌ها مقاومتی ایجاد می‌شود. پیرترین و مواد شبیه به آن امروزه در تمام جهان موضوع تحقیقات عمیقی هستند.

1. Pyréthre A'Feuilles de cinéraire
2. Pyré thrines, Cinérines
3. Sézamine, pipéronyl

بابونه بزرگ[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر شهریور
زمان برداشت: غنچه‌ها و سرشاخه‌ها: خرداد تا اواخر مرداد
Chrysanthemum parthenium (L.) BERNH. [syn.: *Pyrethrum parthenium* (L.) SMITH]



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی، پایا با ساقه‌ای افراشته و منشعب است. برگ‌های آن متناوب و شبیه پر است. در نوک شاخه‌ها غنچه‌های گل با گلبرگ‌های سفید و قسمت مرکزی زرد رنگ ظاهر می‌شود. میوهٔ آن خشک است و تمام گیاه عطر خوشایندی دارد. موطن آن مناطق ایران و عراق بوده که از آن‌جا با عبور از منطقه مدیترانه در همه جهان گسترده شده است. بابونه بزرگ در باغ‌های روستا زیاد می‌روید و آن را به خاطر تزیینی بودن و داشتن خواص دارویی کشت می‌کنند.

جهت مصارف دارویی غنچه‌های این گیاه و بعضی مواقع سرشاخه‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. این غنچه‌ها را هنگامی که هوا خوب باشد با دست می‌چینند و سرشاخه‌ها را در موقع گل‌دهی گیاه جمع‌آوری می‌کنند. سپس آن‌ها را به‌صورت لایه‌های نازک در سایه برای خشک کردن پهن کرده تا خشک شدن کامل چند دفعه زیر و رو می‌کنند. همچنین می توان آن‌ها را در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک کرد. این قسمت‌ها عطر بسیار نافذی دارند و به همین دلیل آن‌ها را در ظروف دربسته نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی نوعی اسانس روغنی کافوری (کافور بابونه)، شیره‌های تلخ، تانن و لعاب هستند. طب سنتی از این گیاه جوشانده‌ای تهیه می‌کند که مقدار آن دو قاشق مرباخوری برای هر فنجان آب است که آن را به مدت ۱۵ دقیقه می‌جوشانند. از این جوشانده برای تسکین ناراحتی‌های هاضمه، به‌عنوان آرامبخش، ضدعفونی‌کننده، ضد تشنج، ضد انگل، و برای ناراحتی‌های زنانه به مقدار سه فنجان در روز استفاده می‌کنند. برای آماس‌ها و زخم‌های باز و برای شستن دهان پس از مراجعه به دندانپزشک جوشانده‌ای که دو برابر جوشانده قبلی غلیظ و مدت جوشاندن آن نیز ۲۵ دقیقه باشد، به کار می‌رود.

1. Grande Camomille

تانه‌زی[1]

دوران گل‌دهی: تیر تا اواخر شهریور

✝ زمان برداشت: گل‌ها : مرداد ـ شهریور، برگ‌ها: تیر تا اواخر شهریور

Chrysanthemum vulgare (L.) BERNH. (syn.: *Tanacetum vulgare* L.)



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی و پایاست با ساقهٔ افراشته و برگ‌های متناوب چند قسمتی به رنگ سبز تیره. در انتهای شاخه‌ها گل‌های زرد رنگی به صورت خوشه‌ای ظاهر می‌شود. تمام گیاه بوی کافور می‌دهد خصوصاً هنگامی که آن را خشک می‌کنند. این گیاه در اروپا و آسیا در میان مرغزارها، در کنار جاده‌ها، در علفزارهای جنگلی و همچنین به صورت کشت شده در باغات می‌روید. از دوران قدیم از این گیاه علیه انگل‌های داخلی و خارجی چه در انسان چه در حیوانات استفاده می‌شده است.

گل‌ها یا برگ‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. غنچه‌های گل آن را می‌چینند و در سایه یا جریان هوا قرار می‌دهند تا خشک شود. برگ‌های آن را روی سبدی جدا از دیگر گیاهان می‌گذارند تا خشک شود. خشک شدهٔ آن خصوصاً سرشار از اسانس روغنی است (۰/۲ تا ۰/۶ درصد اولیوم تاناستی[2]) شامل تویون[3] که ماده‌ای سمی است. همچنین مواد تلخ (تاناستین)[4]، تانن‌ها و اسیدهای ارگانیک دارد. از آن‌ها برای دفع انگل‌های روده‌ای (آنتل مینتیک)[5] به مقدار یک قاشق مرباخوری در دو فنجان آب، سه فنجان در روز استفاده می‌شود. از پودر این گیاه نیز برای دفع انگل به مقدار کمی استفاده می‌گردد. روغن به دست آمده از تقطیر شاخه‌های تازه نیز به همین منظور به کار می‌رود. مقدار مصرف آن باید با احتیاط زیاد تعیین گردد، زیرا مصرف زیاد آن باعث تجمع خون در ناحیه لگن می‌شود و به کلیه‌ها و اعصاب آسیب می‌رساند. عطر خشک شدهٔ این گیاه حشرات را فراری می‌دهد و این چیزی است که در دامپزشکی مورد مصرف دارد.

1. Tanaisie Commune
2. Oleum Tanaceti
3. Thuyone
4. Tanacetine
5. Anthelmintique

کاسنی [1]

Cichorium intybus L.

دوران گل‌دهی: تیر تا پایان شهریور

زمان برداشت: ریشه: شهریور تا اواخر مهر



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریشه‌ای مخروطی‌شکل است که ساقه‌ای راست و شاخه‌دار دارد. برگ‌های زمینی آن نوک درازی دارد که به سمت پایین سرازیر است. برگ‌های روی ساقه آن به‌صورت سرنیزه‌ای و بدون دمبرگ است. گل‌های آن به رنگ آبی هستند که از بغل برگ‌ها می‌رویند. تمام گیاه دارای آوندهای شیرابه‌ای است. این گیاه به مقدار زیادی در اروپا، آفریقا و آسیا در حاشیه مزارع و مراتع به طور خودرو می‌روید. در مصر باستان این گیاه را هم به عنوان گیاهی دارویی و هم به عنوان سبزی خوراکی می‌شناخته‌اند. در قرن ۱۷ از آن به عنوان جانشینی برای قهوه استفاده می‌کردند.

ریشهٔ نوع وحشی این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. ریشه‌ها را هنگامی که از خاک خارج شد باید کاملاً تمیز کرد و سپس آن را به قطعات کوچک برید و سریعاً با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک کرد. خشک شدهٔ آن دارای عطری شبیه ادویه و طعمی تلخ است. این ریشه تا ۲۰ درصد محتوی نوعی ماده تلخ، اینولین، تانن و قند است. این مواد ترشح صفرا را بالا می‌برد و چون شیره معده را تحریک می‌کند باعث افزایش اشتها می‌شود. جوشاندهٔ آن به مقدار دو قاشق مرباخوری در هر فنجان آب (دو فنجان در روز) مدر، ملین و محرک است. از این جوشانده هنگام ابتلاء به بیماری کبدی، سنگ‌های صفراوی یا کلیوی و همچنین در درمان ورم‌های مجاری ادرار استفاده می‌شود. ماده اینولین همچنین اثر مثبتی در مداوای دیابت دارد.

ارقام مختلفی از کاسنی را به عنوان جانشین قهوه می‌کارند و از جوانه‌های این گیاه مثل سبزیجات استفاده می‌کنند. یکی از انواع نزدیک به آن گیاه آندیو است که جزو سبزیجات سالادی است و مقدار زیادی ویتامین C دارد.

1. Chicorée Commune

شوکران آبی[1]

Cicuta virosa L.

دوران گل‌دهی: تیر تا اواخر شهریور

† زمان برداشت: ریزوم: مهر ـ آبان

(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی پایا با ساقهٔ توخالی و شیارهای گود عمودی است. قسمت پایین آن به صورت پیاز با جداره‌ها تقسیم شده است. برگ‌های پایینی آن دمبرگ‌های بلند دارند و برگ‌های روی ساقه غلاف‌دارند. گل‌های آن ریز سفیدند و به شکل خوشه‌ای می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و دو قسمتی است. تمام بخش‌های گیاه سمی است. این گیاه را در تمام نیمکره شمالی به طور خودرو در حاشیه جویبارها، رودخانه‌ها، باتلاق‌ها و هر جایی که رطوبت کافی وجود داشته باشد، می توان یافت.

ریزوم (در قسمت پایین سمت چپ) بوته‌هایی را که از قبل انتخاب شده‌اند از خاک درمی‌آورند و سریعاً می‌شویند و قسمت‌های سبز آن را قطع و از طول به دو قسمت تقسیم می‌کنند. سپس آن‌ها را در هوای آزاد یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی نوعی سم به نام سیکوتوکسین و نوعی اسانس روغنی نشئه‌آور ولی غیرسمی هستند. این گیاه باید فقط تحت نظر دقیق پزشک مورد استفاده قرار گیرد. موادی که در آن موجود است روی سیستم اعصاب مرکزی اثر می‌گذارد. در رقّت زیاد ضد تشنج (عضلات صاف) و آرامبخش است و سرگیجه را از بین می‌برد. در مصارف خارجی از آن در تهیه پمادهای ضد ورم، ناراحتی‌ها و میکوزهای پوستی استفاده می‌شود.

این گیاه را اغلب با کرفس اشتباه می‌گیرند چراکه پیاز آن همان شکل را دارد و مزهٔ آن نیز مثل کرفس شیرین است و همان عطر را دارد. به خاطر همین مسئله تعداد مسمومیت‌ها خیلی کم نیست. سم این گیاه حتی در آب‌های اطراف آن نیز پخش می‌شود. مسمومیت به وسیلهٔ این گیاه با ناراحتی‌های مغزی، اضطراب و تشنجات بروز می‌کند و خبر کردن پزشک از ضروریات است.



1. Cigué Aquatique, persil de marais

سگاله[1]

زمان برداشت: اسکلرودها: خرداد ـ تیر

Claviceps purpurea (FR.) TUL.



(تیرهٔ کلاوی سیپی تاسه)؛ انگلی از تیرهٔ قارچ‌هاست که در اکثر موارد در خوشه چاودار زندگی می‌کند. در موقع گل کردن چاودار فیبرهای کوتاه بیسلین این قارچ وارد تخمدان گیاه شده با تغذیه از اندام‌های زایای گل مایع شیرینی از خود ترشح مـی‌کند کـه حشرات را جلب می‌کند و از طریق آن‌هـا روی گـیاهان سـالم انتقال می‌یابد. بافت‌های آلوده به میسلین[2] رشد مـی‌کند و در نتیجه آن قسمت خوشه متورّم می‌شود و به رنگ سیاه درمی‌آید که همان زنگ اسکلرود[3] است. در موقع درو این اسکلروت به روی زمین می‌افتد و در بهار میوه‌های ریزی می‌دهد که آن‌ها نیز به نوبه خود ساقه‌های جوان چاودار را مبتلا می‌کنند.

چاودار زنگ‌زده ماده اولیه مـنحصر بـه‌فردی بـرای تـهیه بسیاری از داروهای مهم است. در قدیم با جدا نـمودن خـوشه مبتلا آن‌ها را جمع‌آوری می‌کردند و امروز آن را با کشت مستقیم زنگ روی خوشه‌های چاودار یا در محیط‌های کشت مصنوعی به دست می‌آورند. این ماده محتوی مشتقات ا. انیدولیک است که شامل پایه‌های محلول در آب از قبیل ارگومترین، ارگوبازین، ارگـومترینین[4] و پـایه‌های غـیرمحلول در آب از قـبیل گـروه ارگوتامین و ارگوتوکسین[5] و مواد دیگری نظیر مواد ملونه، لپیدها، آمین‌ها و آنتراکینن[6] است. این مواد محرکه باعث انقباض عضله صاف رحم شده، عـصب سـمپاتیک بـزرگ را ضـعیف نـموده، سیستم وریدی سطحی را منقبض کرده، در نتیجه فشار خون را بالا می‌برد. از این ماده در ناراحـتی‌های زنـانه، طب داخـلی و ناراحتی‌های عصبی استفاده می‌شود.

1. Ergot du seigle 2. Mycéliens 3. Sclérote
4. Indolique, Ergometrine, Ergobasine , Ergométrinine
5. Ergotamine, Ergotoxine 6. Anthraquinone

گل ساعتی[1]

Clematis recta L.

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

✝ زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد ـ تیر



(تیرهٔ آلاله)؛ گیاهی پایا، با ساقه‌ای بالارونده و پرزدار است که برگ‌های فوقانی چند قسمتی و متقابل و برگ‌های پایینی کامل دارد. از بغل برگ‌ها گل‌هایی با گلبرگ‌های سفید و پرچم‌های زرد می‌رویند. میوهٔ این گیاه خشک (شکل پایین) و دارای کاکل است. نوع اروپایی آن در حاشیه جنگل‌ها، در میان خار و خاشاک، روی صخره‌ها، خصوصاً در مناطق معتدل می‌روید. در طبّ قدیم این گیاه برای درمان بیماری‌های مقاربتی، نقرس، روماتیسم و بیماری‌های استخوانی به‌کار می‌رفته است.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را در موقع گل‌دهی می‌چینند و در سایه و در مقابل جریان هوا خشک کرده در ظروف سربسته نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی گلوکوزید، ساپونین و دیگر موادی هستند که تاکنون به خوبی شناخته نشده‌اند. این گیاه امروزه خیلی کم مورد مصرف قرار می‌گیرد و عصارهٔ آن به صورت قطره علیه دردهای روماتیسمی، میگرن، ناراحتی‌های مغزی و درمان واریس به‌کار می‌رود. در طب سنتی جوشانده این گیاه را به صورت کمپرس برای زخم‌های چرکین و اولسرها مصرف می‌کنند. این گیاه سمی است، ولی پس از خشک شدن حالت سمی آن کاهش می‌یابد. برگ‌های تازه‌اش ممکن است باعث اگزما در روی پوست‌های حساس شوند که به سختی قابل درمان است.

1. Clematite Dressée, flammule

بادآور[1]

Cnicus benedictus L.

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا اواخر مرداد

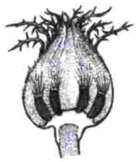


(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی سالانه با ساقه پرزدار، منشعب، همراه با برگ‌های تیغدار، با بریدگی‌های عمیق و متناوب است، گل‌های زرد رنگ آن (شکل پایین سمت راست) در انتهای شاخه‌ها ظاهر می‌شود. میوه‌اش فندقه و در انتها دارای تارهای بلند است(شکل پایین سمت چپ). موطن اصلی آن مناطق مدیترانه شرقی است و از قرن شانزدهم برای درمان بیماری‌های ریوی و علیه طاعون به کار می‌رفته است. به خاطر نیاز صنعت داروسازی به مواد اولیه موجود در این گیاه، امروزه در مزارع وسیع کاشته می‌شود.

سرشاخه‌های آن را درست قبل از گل دادن حتی تا ۵ بار در سال جمع‌آوری می‌کنند. برای چیدن آن پوشیدن دستکش ضروری است. برگ‌های این گیاه نیز حاوی مواد مؤثرهٔ خوبی هستند که به همین دلیل برگ‌هایش را نیز جمع‌آوری می‌کنند. این گیاه را در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. محتویات آن عبارتند از شیره تلخ، سینیسین[2]، یک اسانس روغنی، تانن و لعاب. خاکستر آن نیز سرشار از مواد معدنی است. مصرف تنها یا به طور مخلوط بادآور برای درمان ناراحتی‌های جهاز هاضمه، زیاد کردن اشتها و تحریک ترشح صفرا و شیره‌های معده صورت می‌گیرد. همچنین این گیاه بادشکن و قابض است و فعالیت‌های کبدی را تحریک می‌کند. ضمناً اثر ضدعفونی‌کننده نیز دارد. مصرف مقدار زیاد آن باعث آسیب‌دیدگی کلیه‌ها می‌شود که با استفراغ و احساس خفگی در شخص بروز می‌یابد. مصرف این گیاه برای زنان باردار مضر است.

این گیاه در صنعت نیز برای تهیهٔ لیکورهای تلخ و زمانی نیز در تهیهٔ آبجو به کار می‌رفت.





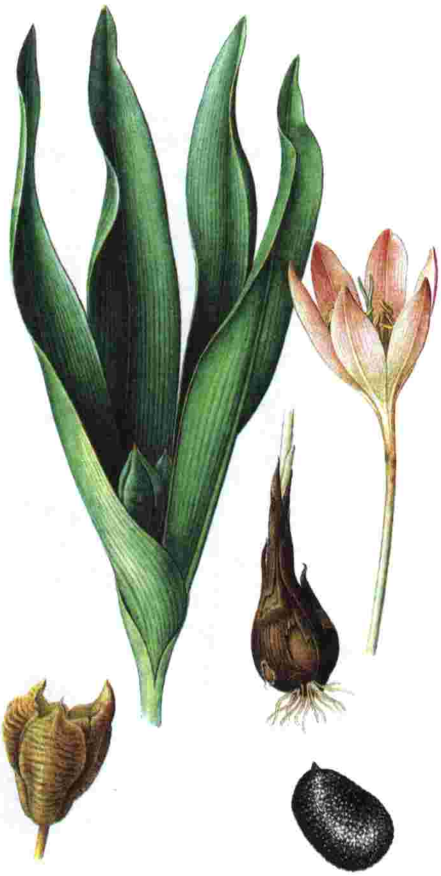
1. Chardon Béni 2. Cnicine

سورنجان ـ گل حسرت[1]

Colchicum autumnale L.

دوران گل‌دهی: مرداد تا اواخر مهر

† زمان برداشت: پیاز: مرداد تا شهریور. دانه‌ها: خرداد تا پایان تیر



(تیرهٔ گل حسرت)؛ گیاهی علفی، پایا، با پیازی مطبّق و زمینی است. گل‌های زیبا و بنفش‌رنگ آن در پاییز ظاهر می‌شود. پس از تلقیح دانه‌ها تشکیل می‌شوند و تا بهار در درون تخمدان زیرزمینی باقی می‌مانند. در این فصل دسته‌ای برگ سرنیزه‌ای همسطح خاک می‌روید که در وسط آن‌ها میوه گیاه به شکل کپسول (پایین سمت راست) قرار دارد. تمام گیاه شدیداً سمی است، و در سراسر اروپا می‌روید.

جهت مصارف دارویی، پیاز و دانه‌های این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. پیازها را پس از آن‌که کاملاً تمیز شدند به صورت حلقوی می‌برند و به سرعت (حتی در زیر نور خورشید) خشک می‌کنند. در تابستان دانه‌هایش می‌رسند که آن‌ها را نیز جمع می‌کنند. تمامی گیاه سرشار از کُلشیسین[2] (نوعی آلکالوئید سمی) است. دانه‌ها محتوی مقدار زیادی لیپید، تانن و قند هستند. قسمت‌های برداشت شده خصوصاً برای جدا کردن کلشیسین آن‌ها به کار می‌روند که از آن در درمان آرتریت مزمن و رماتیسم عضلانی یا مفصلی استفاده می‌شود. در گذشته از مشتقات کلشیسین نظیر دِمِکُلسین[3] برای درمان بیماری لوسمی[4] استفاده می‌شد.

کُلشیسین سمی میتوتیک است که تقسیم سلولی را متوقف می‌کند. از این ماده برای اصلاح انواع گیاهان استفاده می‌شود. مسمومیت در اثر مصرف دانه یا گل‌های این گیاه اغلب مرگ‌آور است و علایم این مسمومیت عبارتند از ترشح زیاد بزاق دهان، استفراغ، اسهال خونی، تشنجات و فلج عمومی، و پادزهر آن تانن است. این گیاه حتی برای حیوانات نیز خطرناک است.

1. Colchique
2. Colchicine
3. Démécolcine
4. Leucémie

شوکران کبیر [1]

Conium maculatum L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

† زمان برداشت: میوه‌ها: مرداد تا اواخر شهریور



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی علفی، دو ساله با ساقه‌ای بلند، شیاردار و پرشاخه است که لکه‌های بنفش‌رنگی در قسمت پایین آن دیده می‌شود، و برگ‌های آن ۲ یا ۳ شانه‌ای و متناوب هستند. دمبرگ‌ها به حالت غلاف و غشایی‌اند. گل‌ها به صورت چترهای مرکب با گلبرگ‌های سفیدرنگ و میوه دی‌آکن است. تمام گیاه شدیداً سمی است و وقتی که برگ‌های آن لِه شوند یا گیاه بشکند بوی موش از آن متصاعد می‌گردد. این گیاه در بیشه‌زارها، جنگل‌ها و مناطق خشک می‌روید. در قدیم برای اعدام کردن محکومین در یونان (سقراط ـ ۳۹۹ سال قبل از میلاد مسیح) از سمّ این گیاه استفاده می‌کردند.

میوهٔ این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند و پس از خشک کردن در دوره‌ای طولانی آن‌ها را تمیز نموده در ظرف‌های کاملاً سربسته نگهداری می‌کنند. تمام اعمالی که بر این گیاه انجام می‌شود باید با احتیاط بسیار زیاد و جدا از دیگر گیاهان دارویی انجام گیرد. این گیاه خصوصاً محتوی آلکالوئیدهای سمی مثل کونیئین [2]، اسانس‌های روغنی و اسیدهای آلی است. لازم به تذکر است که آلکالوئید ماده فرّاری است و در نتیجه هرچه طول مدت نگهداری طولانی‌تر باشد اثر آن کم‌تر می‌شود. شوکران باید به وسیلهٔ پزشک تجویز و اندازه‌گیری شود. این گیاه دارای اثر بی‌حس‌کننده روی اعصاب حسی (مثل نیکوتین یا کورار [3]) است و برای تسکین دردهای عضلانی اعضای بدن به‌کار می‌رود. این گیاه در درمان آسم نیز مؤثر است و در اندازه‌های زیاد باعث سردرد و سپس مسمومیت‌های مرگ‌آور می‌شود. در مصارف خارجی از آن برای تهیه پمادها یا شیاف‌های بی‌حس‌کننده علیه دردهای پروستات، تومورها یا ناراحتی‌های عصبی استفاده می‌کنند.

1. Ciguë Officinale
2. Coniine
3. curare

گل برفک[1]

Convallaria majalis L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

† زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت ـ خرداد. برگ‌ها: فروردین تا اواخر خرداد



(تیرهٔ سوسن)؛ گیاهی علفی پایا با شبکهٔ ریزوم گیس‌مانند است. برگ‌های گیاه در بهار ظاهر می‌شوند و پس از آن گل‌های سفید رنگ خوشه‌ای و زنگوله‌ای‌شکل از وسط آن‌ها بیرون می‌آیند. میوهٔ آن سته و قرمزرنگ است. تمام قسمت‌های گیاه سمی است. این گیاه در اروپا، آسیا و امریکا در علفزارهای جنگلی و نقاط سایه‌دار می‌روید.

معمولاً سرشاخه‌ها و برگ‌های این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند، سپس برای خشک کردن به صورت لایه‌های نازک در محلی سایه و در کوران هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۶۰ درجه سانتیگراد حرارت قرار می‌دهند. پس از خشک شدن رنگشان به سبز روشن تبدیل شده، بدون بو و دارای طعمی تلخ است. این گیاه محتوی گلوکوزیدهای سمی نظیر کنوالوزید[2] و کنوالوتوکسین[3]، یک ساپونین و کونوالارین[4] است. تمام گیاه جمع‌آوری‌شده در صنعت داروسازی برای جداکردن گلوکوزیدهای موجود در آن برای تهیه داروهای تجویزشده از طرف پزشک در اندازه‌های بسیار دقیق مورد استفاده قرار می‌گیرد. از این داروها خصوصاً برای درمان بیماری‌های قلبی استفاده می‌کنند، زیرا ضربان قلب و تنفس را تحریک (مقوی قلب) می‌کنند. بعضی از ترکیبات این گیاه ملین و قی‌آور هستند.

عصارهٔ معطری که از گل‌های این گیاه به دست می‌آید، موارد مصرف زیادی در صنعت عطرسازی و تهیه لوازم آرایش دارد.

میوه‌های سرخ آن باعث مسمومیت کودکان می‌شود. سم‌های موجود در آن مرکز تنفسی را فلج می‌کنند و در صورت مسمومیت باید سریعاً به پزشک مراجعه کرد.

1. Muguet Odorant
2. Convalloside
3. Convallotoxine
4. Convallarine

اریژرون[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر مهر
زمان برداشت: خرداد تا پایان شهریور

Conyza canadensis (L.) CRONQ. (syn.: *Erigeron canadensis* L.)



(تیرهٔ مرکّبان)؛گیاهی علفی، یکساله یا دوساله است که ساقه‌ای افراشته، پرزدار و پوشیده از برگ‌های سرنیزه‌ای‌شکل دارد. قسمت‌های فوقانی ساقه منشعب است که در نوک آن‌ها کاپیتول‌های گل به رنگ زرد روشن قرار دارد. میوهٔ آن فندقه و کرکدار است. موطن اصلی آن امریکای شمالی بوده و در قرن ۱۷ به اروپا آورده شده است که در آن‌جا به شکل علفی هرز و خودرو در مزارع می‌روید. در قرن نوزدهم خواص پزشکی آن کشف شد.

سرشاخه‌های گلدار آن را هنگامی که گل‌ها کاملاً باز باشد جمع‌آوری کرده در سایه خشک می‌کنند. در صورت استفاده از خشک‌کن گرمای آن نباید از ۴۰درجه سانتیگراد تجاوز کند. قسمت‌های خشک شده دارای اسانس روغنی (که مواد اصلی تشکیل‌دهندهٔ آن لیمونن[2] و دی‌ترپن[3] است)، ترپینئول[4]، تانن و کولین[5] هستند. این گیاه اساساً قابض است و از آن علیه اسهال‌های مداوم و تهیه داروهای گالنیک علیه ناراحتی‌های زنانه استفاده می‌شود. در طب مردمی از این گیاه دم‌کرده یا جوشانده‌ای به مقدار ۵ قاشق چایخوری در $\frac{۱}{۴}$ لیتر آب تهیه می‌کنند که مقدار مصرف آن ۳ فنجان در روز است. اگرچه کمی باعث تحریک اپیتلیوم[6] کلیه‌ها می‌شود، ولی این گیاه مدر خوبی است و به همین دلیل اثر خوبی روی مجموعه متابولیسم بدن دارد. روغن اریژرون که از راه تقطیر گیاه تازه به دست می‌آید، دافع انگل‌های روده‌ای است.

1. Vergerette Du Canada
2. Limonéne
3. Diterpéne
4. Terpinéol
5. Choline
6. Epithélium

گشنیز [1]

Coriandrum sativum L.

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

زمان برداشت: میوه‌ها: تیر ـ مرداد



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی علفی و یکساله با ساقه‌ای افراشته، شیاردار و منشعب است. برگ‌ها متناوب و به طور شانه‌ای منقسم شده‌اند و برگ‌های فوقانی دارای بریدگی‌های خطی هستند. گل‌های سفید یا صورتی آن به صورت چترهای مرکب در انتهای شاخه‌ها قرار دارند. میوه‌ها فندقه و دو قسمتی‌اند و قبل از آن که کاملاً برسند بوی تند و ناخوشایند ساس از خود متصاعد می‌کنند. موطن اصلی گشنیز قسمت‌های شرقی حوزه مدیترانه و هند است. این گیاه در مصر قدیم شناخته شده بود و از آن به عنوان گیاهی دارویی و تزیین قربانی استفاده می‌کردند.

برای مصارف دارویی از میوه‌های آن استفاده می‌شود و برای این منظور گل‌ها یا تمامی گیاه را (در کشت صنعتی) قبل از این که کاملاً برسند جمع‌آوری می‌کنند. پس از آن که میوه‌ها خشک شدند آن‌ها را می‌کوبند و دوباره خشک می‌کنند. این دانه‌ها را در ظرف‌های سربسته نگهداری می‌کنند. دانه‌ها اسانس روغنی تا ۱ درصد دارند که برای تهیه مواد گالنیکی نظیر آب رویال به عنوان بادشکن به کار می‌رود. این اسانس روغنی را با شکر می‌توان مخلوط کرد. خواص گشنیز شبیه به خواص زیره است، میوه‌های آن محتوی لیپیدها، آلبومین، تانن، پکتین، قند و ویتامین C هستند. از این گیاه به صورت خالص و یا مخلوط اشتهاآور، بادشکن و هضم‌کننده به شکل جوشانده استفاده می‌گردد. جوشانده‌ها سیستم اعصاب را نیز تسکین می‌دهند. در مصارف خارجی از خشک شدهٔ این گیاه یا روغن آن برای تهیه پمادهای تسکین‌دهندهٔ دردهای روماتیسم عضلانی یا مفصلی استفاده می‌شود.

1. Coriandre

سناء کاذب[1]

Coronilla varia L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مرداد

✝ زمان برداشت: اردیبهشت تا مرداد



(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی علفی پایا با ریشه‌ای عمقی و ساقه‌ای بالارونده و پرشاخه است و برگ‌ها تک‌شانه‌ای و متناوبند. از بغل برگ‌ها خوشه گل‌های سفید و بنفش‌رنگ ظاهر می‌شود. گل کردن این گیاه به طور تدریجی و بیش‌تر در فصل تابستان صورت می‌گیرد، میوهٔ آن نیام (شکل پایین سمت چپ) و محتوی دانه‌های ریز بیضی‌شکل است (پایین سمت راست). تمام گیاه سمی است. این گیاه در علفزارها، کناره جاده‌ها، و حاشیه مزارع خصوصاً در زمین‌های آهکی و در مراتع می‌روید، ولی حیوانات به طور طبیعی از خوردنش امتناع می‌ورزند.

هنگامی که گیاه کاملاً گل کرده و هوا آفتابی باشد سرشاخه‌های آن را جهت مصارف دارویی جمع‌آوری کرده سپس در لایه‌های نازک در سایه و در جایی که هوا جریان داشته باشد، خشک می‌کنند. باید پس از این عمل گیاه رنگ سبز و طعم تلخ خود را حفظ کند. خشک شدهٔ این گیاه محتوی نوعی گلوکوزید سمی محلول در آب، کورونیلین[2]، تانن، مواد تلخ، نمک‌های آلی و ویتامین C است. این مواد اضطراب قلبی را تسکین داده کار قلب را تنظیم می‌کند و به همین خاطر افراد مسن بیش‌تر از آن مصرف می‌کنند. جوشاندهٔ آن بحران‌های آسمی را تسکین می‌دهد و مدر است. امروزه این گیاه کم‌تر مورد استفاده قرار می‌گیرد و مصرف آن باید تحت نظر پزشک باشد. کودکانی که از این گیاه دسته گل درست می‌کنند به وسیلهٔ آن مسموم می‌شوند، مسمومیت آن با رنگ‌پریدگی، اسهال، احساس خفگی، تشنج و از دست دادن حافظه ظاهر می‌شود و ممکن است باعث مرگ فرد بشود.

1. Coronille variée   2. Coronilline

کوریدالیس [1]

دوران گل‌دهی: اوایل فروردین تا اواخر اردیبهشت

† زمان برداشت: پیازها: مهر، آبان و اسفند و فروردین

Corydalis cava (L. emend. MILL.) SCHWEIGG. et KOERTE



(تیرهٔ خشخاش)؛ گیاهی علفی، پایا که دارای غده‌ای بزرگ و توخالی است. ساقه آن راست و دو برگی است و گل‌های بنفش یا سفیدرنگ آن به یک مهمیز خمیده منتهی می‌شود و به صورت خوشه‌ای در نوک ساقه قرار دارد. میوهٔ آن به شکل کپسول و تمام‌گیاه شدیداً سمی است. موطن اصلی آن اروپاست که از آن‌جا تا مناطق آسیایی مجاور گسترش یافته است. این گیاه در کف بیشه‌زارها و جنگل‌های روشن می‌روید و به خاطر گل دهی زودرس و ساقه سبز مایل به آبی به راحتی می توان آن را پیدا کرد.

پیاز این گیاه را در پاییز و یا اوایل بهار پس از تمام شدن یخبندان با دست از زمین بیرون می‌آورند و پس از بریدن ریشه‌های کوچک و قسمت‌های سبز آن را قطعه قطعه نموده در سایه در محلی که باد جریان داشته باشد، خشک می‌کنند، گهگاه این قطعات را از این رو به آن رو می‌کنند. در صورت استفاده از خشک‌کن درجه حرارت نباید از ۴۰درجه سانتیگراد تجاوز کند. عطر آن گیج‌کننده و طعم آن تلخ است. این گیاه محتوی آلکالوئیدهایی است که مهم‌ترین آن‌ها کوریدالین [2] و بولبوکاپنین [3] است که اثر توهم‌زایی دارند. این مواد اثر آرام‌کننده روی سیستم اعصاب مرکزی دارند، فشار را کاهش داده حرکات دودی رودهٔ بزرگ را تخفیف می‌دهند. این دارو منحصراً باید در صورت وجود ناراحتی‌های شدید اعصاب، سرگیجه، لرز یا ناراحتی‌های مغزی و به تجویز پزشک مصرف گردد. مصرف آن به مقدار زیاد باعث ایجاد سردردی شبیه به سردردهای مننژیت می‌شود.

در بهار اغلب زنبورها به سراغ این گیاه می‌آیند.

1. Corydale creuse
2. Corydaline
3. Bulbocapnine

فندق[1]

Corylus avellana L.

دوران گل‌دهی: اوایل بهار

زمان برداشت: برگ‌ها: اردیبهشت تا مرداد. پوست شاخه‌ها: فروردین. میوه‌ها: شهریور، مهر



(تیرهٔ توسکا)؛ درختی با شاخه‌های نرم قهوه‌ای‌رنگ و برگ‌های متناوب، زبر و بیضی‌شکل است. این درخت یک پایه بوده گل‌های نر آن به صورت شاتون و گل‌های مادهٔ آن در داخل جوانه‌ها قرار دارند که فقط کلاله قرمز رنگ آن‌ها از میان جوانه‌ها بیرون می‌آید. این گیاه در اوایل بهار قبل از برگ دادن گل می‌کند و میوهٔ آن خوراکی است. این درخت در بیشه‌زارها و جنگل‌های مناطق معتدل می‌روید و انواع مختلف آن را در باغ‌ها می‌کارند.

برای مصارف دارویی برگ‌ها، پوست و دانه این گیاه مورد استفاده قرار می‌گیرد. وقتی که هوا خشک باشد برگ‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند و در بهار پوسته آن را از روی شاخه‌های جوان می‌کنند. همهٔ این قسمت‌ها را روی سبدی پهن نموده در جریان هوا قرار می‌دهند تا خشک شود، یا در خشک‌کن که حرارت آن نباید از ۴۰ درجه سانتیگراد تجاوز نماید، خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی اسانس‌های روغنی، گلوکوزیدها و قند هستند. علاوه بر آن پوستهٔ آن دارای تانن‌ها و اسیدهای آلی است که از آن‌ها برای تهیه جوشانده‌هایی که در درمان واریس و ناراحتی‌های گردش خون به کار می‌رود، استفاده می‌کنند. در مصارف خارجی برای حمام‌های مسکن بواسیر و شستشوی زخم‌های عفونی از آن سود می‌برند. دانه‌های آن محتوی روغن تا ۶۰ درصد، آلبومین، قند و ویتامین هستند. دانه‌ها بسیار مغذی‌اند و اثر خوبی روی سیستم اعصاب دارند.

از فندق در پخت بسیاری از شیرینی‌ها استفاده می‌شود. از روغن آن برای تهیه صابون و مواد عطری و روغن‌های صنعتی استفاده می‌شود. در اوایل بهار درخت فندق عسل دهندهٔ خوبی است.

1. Noisetier

سرخ ولیک[1]

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: گل، سرشاخه‌ها و برگ‌ها: اردیبهشت ـ خرداد. میوه‌ها : شهریور تا آبان

Crataegus laevigata (POIR.)DC. (syn.: *Crataegus oxyacantha* L.)



(تیرهٔ گلسرخ)؛ درخت یا درختچه‌ای با شاخه‌های خاکستری و تیغدار و برگ‌های متناوب، چرمی و دندانه‌دار است. گل‌های آن به رنگ سفید متمایل به صورتی و به شکل خوشه‌ای هستند. میوهٔ آن ستهٔ چندهسته‌ای، و تخم‌مرغی‌شکل و قرمزرنگ است که بقایای کاسبرگ‌ها و دو تا سه کلاله روی آن دیده می‌شود. سرخ ولیک در بسیاری از قسمت‌های اروپا به وفور در حاشیه جنگل‌ها و در دامنه‌های آفتابگیر می‌روید. نام علمی آن در یونانی به معنای قوی است و در گذشته چوب مقاوم آن برای تهیه اسلحه به کار می‌رفت.

بیش‌ترین مواد مؤثره در گل‌های آن قرار دارد، ولی گل‌های سفید آن فقط در اوایل گل‌دهی این خاصیت را داراست. برای مصارف دارویی گل‌ها را همراه با کمی از دم گل‌ها می‌چینند (بعضی اوقات از برگ‌ها نیز استفاده می‌شود) و در سایه و بدون دستکاری یا در خشک‌کن در حرارت ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. گل‌های آن محتوی نوعی گلوکوزید، کرسیترین[2]، فلاون و رگه‌هایی از نوعی اسانس روغنی و دیگر مواد است. برگ‌های محتوی گلوکوزید مشتق از فلاون ویتکسین[3]، رامنوزید، استرول‌ها و کاتشین[4] هستند. از این گیاه برای پایین آوردن فشار خون و تسکین آرترواسکلروز[5] استفاده می‌شود. در عین حال به‌عنوان آرام‌کنندهٔ سیستم اعصاب نیز به کار می‌رود که بهتر است تحت نظر پزشک مصرف شود. میوهٔ این درخت شبیه زالزالک و خوراکی است.

1. Aubépine
2. Quercétrine
3. Vitexine
4. Catéchines
5. Artériosclérose

زالزالک[1]

Crataegus monogyna JACQ

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: گل، سرشاخه و برگ‌ها: اردیبهشت ـ خرداد. میوه: شهریور، آبان



(تیرهٔ گلسرخ)؛ درخت یا درختچه‌ای است با شاخه‌هایی در حالت جوانی پوشیده از پرزهای نمدی‌شکل که به مرور صاف می‌شوند. رنگ برگ‌ها سبز مات و لبهٔ آن‌ها عمیقاً دندانه‌دار است. میوه‌های آن سته‌ای، قرمزرنگ و تخم‌مرغی‌شکلند. این گیاه در تمام اروپا و در دامنه‌های آفتابگیر می‌روید.

گل‌ها، برگ‌ها و میوه‌های آن را برای مصارف دارویی جمع‌آوری می‌کنند. همهٔ این قسمت‌ها دارای خواص مشابهی با دیگر گیاهان همین خانواده خصوصاً سرخ ولیک هستند. میوه‌های آن را وقتی که کاملاً می‌رسند با دست بدون دم می‌چینند و قبل از خشک کردن روی سبدی پهن و در محلی خشک می‌کنند و یا در خشک‌کن با حداکثر حرارت ۷۰ درجه سانتیگراد خشک کرده سپس در ظرف‌های سربسته و دور از رطوبت نگهداری می‌کنند. در غیر این صورت به سرعت کپک می‌زنند. میوه‌ها محتوی اسیدهای آلی، تانن‌ها، نوعی اسانس روغنی، ویتامین C، مجموعه‌ای از ویتامین‌های B و پکتین هستند. آن‌ها را به طور خالص، مخلوط، جوشانده یا به شکل پماد برای درمان فعالیت‌های قلبی، آرترواسکلروز، ناراحتی قلبی به علت اشکالات عصبی، میگرن، ناراحتی‌های منوپور، بی‌خوابی و تنظیم فشار خون به‌کار می‌برند. این مواد منحصراً باید تحت نظر پزشک مصرف شود.

این گیاه اغلب به عنوان درختچه تزیینی کشت می‌شود. البته نوع زینتی آن فاقد خاصیت دارویی است.

1. Aubépine á un style

زعفران[1]

Crocus sativus L.

دوران گل‌دهی: مهر، آبان

زمان برداشت: گل‌ها: مهر، آبان



(تیرهٔ زنبق)؛ گیاهی علفی پایا، با پیازی مطبق و برگ‌های خطی باریک و بادوام است. گل آن قیفی‌شکل و به رنگ بنفش روشن است که به شش گلبرگ تقسیم شده است. دارای خامه زردرنگ است که به سه کلاله نارنجی‌رنگ منتهی می‌شود. طول کلاله‌ها بلندتر از گلبرگ‌هاست، گل زعفران با پیازچه‌هایی که در کنار پیاز مادر می‌روید تکثیر می‌شود. این گیاه از قدیم در آسیا به عنوان ادویه‌ای معطر و رنگ‌دهنده گیاهی طبی کشت می‌شده است.

کلاله‌های این گیاه را با قسمتی از خامه پس از چیدن تمام گل‌ها با دست جدا و جمع‌آوری می‌کنند. کلاله‌ها را باید همان روز روی سنگ‌هایی که از قبل داغ شده پهن کرد یا در خشک‌کن قرار داد که سریعاً و در عرض نیم‌ساعت رطوبت خود را از دست بدهند تا رنگ نارنجی و عطر خاص خود را حفظ کنند. آن‌ها محتوی کروسین[2] (ماده رنگی کاروتنوئید[3] که شبیه به گلوکوزید است)، عصاره‌ای تلخ که آن هم شبیه به گلوکوزیدهاست، پیکروکروسین[4] و دیگر مواد هستند. زعفران در فارماکولوژی برای تهیه تنطور، عصاره داروهای چشمی و خصوصاً قرص‌های جذب‌کننده به کار می‌رود. این گیاه باید با احتیاط و به مقدار کم مصرف شود، زیرا مصرف آن به مقدار زیاد باعث خونریزی، تهوع، اسهال و سرگیجه می‌شود. از زعفران به عنوان ادویه‌ای عالی در طباخی و در سس‌ها، سوپ‌ها و سالادها استفاده می‌کنند. به دلیل قیمت گران آن در بسیاری از موارد از مواد شبیه به آن استفاده می‌شود.

1. Safran Cultivé
2. Crocine
3. Caroténoïde
4. Picrocrocine

کدو[1]

Cucurbita pepo L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: دانه‌ها: شهریور و مهر



(تیرهٔ کدوییان)؛ گیاهی یکساله و پرورشی است که ساقه‌ای خزنده دارد و طول آن تا ۵ متر می‌رسد. برگ‌های آن به شکل قلب و دندانه‌دار است. گل‌های زرد آن پایه‌ای بلند دارند و گل‌های نر و ماده‌اش از هم جدا هستند. گل‌های نر به صورت دسته‌ای و گل‌های ماده به طور جدا از هم می‌رویند. میوهٔ آن گوشتدار (کدو) است. موطن اصلی این گیاه امریکای مرکزی بوده که از آن‌جا به تمام دنیا گسترده شد. امروزه انواع مختلف آن را برای مصارف غذایی، علوفه‌ای و به عنوان گیاه روغن‌دار می‌کارند.

از دانه‌های این گیاه که از میوه‌های کاملاً رسیدهٔ آن جمع‌آوری و در آفتاب خشک می‌کنند، استفاده می‌شود. این دانه‌ها (تخم کدو) محتوی روغن تا ۵۰ درصد آلبومین، نوعی گلوکوزید، کوکوربیتین[2]، نوعی رزین و دیگر موادی است که تاکنون شناخته نشده‌اند. این گیاه همیشه علیه انگل‌های روده‌ای به کار می‌رفته است. دانه‌های آن را پس از جدا کردن از پوست دانه به مقدار ۲۰۰ تا ۲۵۰ گرم برای بزرگسالان و ۵۰ تا ۱۰۰ گرم برای کودکان مصرف می‌کنند. این گیاه هیچ‌گونه عارضهٔ جنبی و آزاردهنده‌ای از خود نشان نمی‌دهد. بعضی مواقع برای همین منظور (دفع انگل‌های روده‌ای) جوشاندهٔ دانه‌های کدو را با روغن کرچک مخلوط می‌کنند. دانه‌های خیار نیز دارای اثر دفع‌کنندهٔ انگل هستند.

کدو دارای مواد دیگری از قبیل قند، چربی، ویتامین و مقدار زیادی مواد معدنی است. کدو را به شکل کمپوت و مارمالاد نیز مصرف می‌کنند. عصارهٔ تازه آن مدر است و در صورت وجود ناراحتی‌های کلیوی مصرف آن توصیه می‌شود. کدو همچنین گیاهی عسل دهنده و دارای گردهٔ فراوان است و این دو خاصیت را در تمام دوران گل‌دهی حفظ می‌کند.

1. Courge 2. Cucurbitine

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: میوه‌ها و دانه‌ها: شهریور ـ مهر

به [1]

Cydonia oblonga MILL.



(تیرهٔ گلسرخ)؛ درخت یا درختچه‌ای با شاخه‌های پرزدار و برگ‌های بیضی‌شکل و متناوب است. این پرزها در پشت برگ‌ها نیز وجود دارد. گل‌های صورتی‌رنگ و زیبای آن به طور جداگانه و با پایه کوتاه روی شاخه‌ها قرار دارند و عطر خوشایندی نیز دارند. میوهٔ آن گوشتدار، معطر و پوشیده از کرک است. موطن اصلی این گیاه قفقاز بوده که از آن‌جا به‌تدریج از طریق کشورهای حوزه مدیترانه به اروپای مرکزی آمده و گسترده شده است. این گیاه در قدیم نماد اقبال، باروری و عشق بود و به عنوان گیاهی دارویی برای آن ارزش زیادی قائل بودند.

میوهٔ این گیاه و دانه‌های درون آن را برای مصارف دارویی جمع‌آوری می‌کنند. به را وقتی که کاملاً رسید، می‌چینند و بعد مدتی آن را به حال خود می‌گذارند و سپس به قطعات کوچک‌تر بریده در حداکثر ۵۰ درجه گرما خشک می‌کنند. به دارای قند، پکتین، ویتامین C اسانس روغنی، تانن و اسیدهای آلی است. از دم‌کردهٔ آن در صورت وجود ناراحتی‌های معده، گلودرد، اسهال و خونریزی استفاده می‌شود. دانه‌های خشک شدهٔ آن محتوی ۲۲ درصد مواد لعابی، روغن، نوعی گلوکوزید، آمیدالین و تانن است. از آن‌ها به صورت دم‌کرده یا جوشانده به مقدار ۱ تا ۳ دانه در یک فنجان آب علیه سرفه، کاتاره معده یا روده استفاده می‌شود. دانه‌های خشک آن را در تهیه پانسمان‌های خنک‌کننده و لزج برای زخم‌ها، ورم‌های مفصلی و شقاق سینه یا دست به کار می‌برند.

از به تازه در تهیه مربا، کمپوت، ژله و شربت استفاده می‌شود.

1. Cognassier

کنگرک کوهی[1]

Cynara cardunculus L.

دوران گل‌دهی: مرداد

زمان برداشت: برگ‌ها: مرداد



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی، پایا با ساقه‌ای بزرگ، راست و کاملاً پوشیده از برگ‌های تیغ‌دار و نیزه‌ای است. روی برگ‌ها بدون پرز و پشت آن سفید و پرزدار است. در انتهای ساقه‌های آن غنچه‌های گرد تیغ‌داری قرار دارد که از آن‌ها گل‌های آبی متمایل به بنفش‌رنگی می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و پرزدار است (شکل‌های پایین). موطن اصلی آن منطقهٔ مدیترانه بوده و از قدیم مصریان، یونانی‌ها و رومی‌ها آن را می‌شناخته‌اند. در حال حاضر این گیاه به عنوان سبزی خصوصاً در قسمت‌های جنوب غربی اروپا کشت می‌شود.

برای مصارف دارویی برگ‌های آن را هنگامی که گیاه گل داده است می‌چینند و در سایه روی سبد پهن نموده یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. برگ‌های خشک آن محتوی نوعی عصاره تلخ، سینارین[2]، لعاب، تانن، اسیدهای آلی و ویتامین A است. تمام این مواد مسهل صفرا بوده برای بیماری‌های مجاری صفرا و هپاتیک مفید هستند. از این گیاه علیه بیماری زردی نیز استفاده می‌شود که در بهبود بیماری مؤثر است. برگ‌های این گیاه مقدار قند موجود در خون را کاهش می‌دهد و به همین دلیل به‌عنوان کمک درمان در ناراحتی دیابت از آن استفاده می‌شود. همچنین اثر ضد اسکلروتیک دارد و در ساخت نوشابه‌های تلخ و لیکورها به کار می‌رود. در مصارف خارجی از عصارهٔ تازه آن برای درمان اگزما و ناراحتی‌های پوستی استفاده می‌شود.

از پایه برگ‌ها و همچنین قسمت‌های سفید برگ به‌عنوان سالاد استفاده می‌شود. نوع دیگری از این گیاه به نام آرتیشو معروف است که آن را پرورش می‌دهند و از براکته‌های گوشتی آن به عنوان سبزی لوکس استفاده می‌کنند.

1. Cardon
2. Cynarine

گل طاووسی[1]

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا اواخر تیرماه

† زمان برداشت: سرشاخه‌ها: شهریور ـ مهر

Cytisus scoparius (L.) LINK. [syn. :*Sarothamnus scoparius* (L.) WIMM.ex W.D.J.KOCH]



(تیرهٔ بقولات)؛ درختچه‌ای با شاخه‌های سبز، زاویه‌دار و برگ‌های متناوب و ۳ برگچه‌ای است. برگ‌ها در قسمت‌های فوقانی شاخه‌ها روی محور گل‌های جدا از هم می‌رویند و میوهٔ آن دارای نیام و تقریباً قرمزرنگ است (شکل بالا). تمام گیاه سمی است. این گیاه در دامنه‌های آفتابگیر و حواشی جنگل‌ها به وفور می‌روید. پس از پی بردن به خواص دارویی آن، مصرف این گیاه به طور گسترده‌ای آغاز شد.

تمام قسمت‌های این گیاه از قبیل گل، سرشاخه، دانه و ریشه خاصیت دارویی دارد، ولی بیش‌تر سرشاخه‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. قسمت نرم شاخه‌ها را با دست می‌چینند و در سایه خشک می‌کنند. سپس آن‌ها را به قطعات کوچک تقسیم می‌کنند. مهم‌ترین مادهٔ مؤثره موجود در این گیاه آلکالوئید آسپارتئین[2] است و غیر از آن دارای گلوکوزید، تانن، اسانس روغنی و عصاره‌های تلخ است. به علت قوی بودن مواد سمی موجود در آن به‌ندرت طب سنتی از آن استفاده می‌کند و بیش‌تر برای جدا نمودن مواد مؤثره مختلفی که در آن وجود دارد، به کار می‌رود. در صورت وجود ناراحتی‌های گردش خون دارویی تجویز می‌شود که از اسپارتئین تهیه گردیده است. این داروها عروق کرونر را گشاد می‌کنند و فشار خون را بالا می‌برند. مواد دیگری که از این گیاه به دست می‌آید فعالیت عضلات صاف و رحم را تحریک می‌کند و از آن در مامایی استفاده می‌شود. این گیاه مدر قوی نیز هست. مقدار مصرف و فاصله زمانی مصرف این دارو را باید پزشک تعیین کند. گل‌های زرد این گیاه به‌عنوان ماده اولیهٔ تهیه رنگ به کار می‌رود. شاخه‌های خشک آن را برای تهیه دارو به کار می‌برند (که نام عمومی آن در لاتین از این ویژگی‌اش گرفته شده است.)

1. Genét a Balais 2. Spartéine

مازریون[1]

Daphne mezereum L.

دوران گل‌دهی: فروردین ـ اردیبهشت

† زمان برداشت: پوست: اردیبهشت



(تیرهٔ تی‌ملیاسه)؛ درختچه‌ای با شاخه‌های خاکستری است که در جنگل‌های پوشیده، دشت‌ها و کوهستان می‌روید. در اوایل بهار گل می‌دهد و گل‌های آن به صورت خوشه‌های قرمز یا سفید و معطرند. برگ‌های کشیدهٔ آن پس از گل دادن گیاه می‌رویند. میوه‌های آن گوشتی و قرمز هستند. این گیاه در بخش وسیعی از اروپا و آسیا به صورت خودرو می‌روید و در بسیاری از کشورها کمیاب شده و تحت حفاظت درآمده است. تمام قسمت‌های این گیاه به شدت سمی است. و نام آن از کلمه مازرین[2] به معنای «کُشتن» مشتق شده است. از نقطه نظر پزشکی از این گیاه برای تسکین درد دندان استفاده می‌شود.

جهت مصارف دارویی پوست شاخه‌هایی راکه در اوایل بهار کمی چوبی شده‌اند جمع‌آوری می‌کنند و آن‌ها را به هم می‌بندند و برای خشک شدن آویزان می‌کنند. جمع‌آوری باید پراکنده و محدود در مناطق مختلف و به صورتی باشد که گیاه از بین نرود. پوسته این گیاه محتوی آلکالوئیدهای سمی، دافنین و مزرئین است. این مواد محرکند و به پوست آسیب می‌رسانند و در صورت مصرف طولانی آن پوست تاول می‌زند. دافنین توهم‌آور نیز هست. این گیاه به ندرت مورد استفاده قرار می‌گیرد و از آن به عنوان محرک سبک در درمان روماتیسم استفاده می‌شود. از پمادها و مرهم‌هایی که محتوی این گیاه هستند باید تحت نظر پزشک استفاده کرد.

مسمومیت با میوه‌های این گیاه زیاد است و خصوصاً کودکان در این میان آمار بیش‌تری را به خود اختصاص می‌دهند. این نوع مسمومیت با سوزش در گلو، تهوع و خونریزی تظاهر می‌کند و فوراً باید پزشک را مطلع ساخت.

1. Bois joli　　2. Mazeriyn

تاتوره[1]

Datura stramonium L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مهر

✝ زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد ـ مهر. دانه‌ها: مهر ـ آبان





(تیرهٔ سیب‌زمینی)؛ گیاهی است علفی، یکساله و قوی با ساقه‌ای شاخه‌دار و برگ‌های متناوب، بیضی‌شکل، دندانه‌دار و بدبو. از بغل شاخه‌ها یا قسمت‌های انتهای شاخه گل‌های بزرگ قیفی‌شکل به رنگ سفید یا بنفش می‌روید. میوهٔ آن به صورت کپسولی و محتوی دانه‌های سیاهی است (شکل پایین). تمام قسمت‌های گیاه شدیداً سمی است. موطن اصلی این گیاه احتمالاً امریکای شمالی بوده است. این گیاه برای مصارف دارویی به مقدار زیادی کشت می‌شود.

برای این منظور، برگ‌ها و دانه‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. برگ‌های آن باید صبح زود و در اوایل گل دادن با دست جمع‌آوری و چیده شود. آن‌ها را نخست برای خشک کردن در کنار هم می‌چینند و سپس روی هم انباشته می‌کنند. در صورت استفاده از خشک‌کن حرارت آن نباید از ۴۵ درجه سانتیگراد تجاوز کند. دانه‌ها را پس از خشک کردن کپسول‌ها جمع‌آوری می‌کنند. هر دو قسمت جمع‌آوری شده از گیاه محتوی آلکالوئیدهای مشتق از تروپان (۴۰ درصد)، هیوسیامین، آتروپین، اسکوپولامین[2] است. این مواد اسپاسمولیتیک (آرام‌کننده تشنجات) بوده ترشح غدد را کاهش داده برونش‌ها را متسع می‌نماید. از این گیاه تنها در صنعت داروسازی استفاده می‌شود و داروهای تهیه شده از آن باید تحت نظر پزشک مصرف شوند. مسمومیت کودکان به وسیلهٔ دانه‌های تاتوره نسبتاً شایع و مقدار کشندهٔ آن حدود ۲۰ دانه این گیاه است.

انواع دیگر تاتوره مثل تاتورهٔ مِتِل[3] امریکای جنوبی و تاتوره اینرمیس[4] ابیسینی کشت می‌شود که هر دو سرشار از آلکالوئیدهاست.

1. Datura
2. Hyosciamine, Atropine, Scopolamine
3. D.Metel
4. D. Inermis

هویج[1]

Daucus carota

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: ریشه: خرداد تا مهر. میوه‌ها: مهرـ آبان



(تیرهٔ چتریان)[2]؛ گیاهی پرورشی، دوساله با ریشه‌ای دوکی‌شکل و در اکثر موارد به رنگ پرتقالی با برگ‌های چند شانه‌ای و عطری خوشایند است. در سال دوم ساقه‌ای منشعب با برگ‌های بریده بریده متناوب از آن می‌روید که در انتهایش چتری از گل‌های سفید قرار دارد. میوهٔ آن دو فندقه‌ای است و کرک‌های خمیده (شکل پایین در تصویر) دارد. این گیاه به صورت خودرو در دامنه‌های خشک یا مراتع می‌روید. نوع خودرو ریشه‌ای سفید دارد (شکل پایین سمت راست). هویج پرورشی انواع مختلفی از قبیل ریشه بلند، استوانه‌ای، گرد به رنگ‌های پرتقالی، زرد یا کاملاً قرمز دارد. این گیاه در باغ‌ها و مزارع کشت می‌شود.

از هویج تازه کاملاً رسیده که ریشه گیاه نیز هست به صورت رنده شده یا با گرفتن آب آن که به صورت شربت درست می‌کنند استفاده می‌شود. مواد مهم موجود در این گیاه پروویتامین‌های A و C و ترکیبات ویتامین B، قند، پکتین و مواد رنگی است. هویج تازه، خصوصاً کاروتن‌های موجود در آن (پروویتامین‌های A)، دید چشم را بهبود بخشیده دید صبحگاهی را تقویت می‌کند. از دیگر اثرات سودمند هویج دفع انگل‌های روده‌ای، آسکاریس و کرمک است. این گیاه مدر است و ناراحتی‌های روده‌ای را برطرف می‌کند و خصوصاً از آن در تغذیه کودکان استفاده می‌شود. آب هویج داروی خوبی علیه آمیدالیت[3] کودکان است. رژیم غذایی بر اساس هویج دردهای سرطانی را تسکین می‌دهد. میوهٔ این گیاه برخی مواقع برای دفع انگل‌ها در جوشانده‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد.

1. Carotte
2. Umbelli ferae (Apiaceae)
3. Amygdalite

زبان در قفا[1]

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

† زمان برداشت: گل‌ها و سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد *Delphinium consolida* L. (syn.: *consolida regalis* S.F. GRAy)



(تیرۀ آلاله)[2]؛ گیاهی یکساله و خودرو با ساقه‌ای راست و منشعب و برگ‌های بی‌پایه، متناوب و پنجه‌ای است. گل‌های آبی‌رنگ آن در نوک ساقه می‌روید و دارای نوش فراوان است. میوه‌های آن به صورت کیسه‌ای هستند. موطن اصلی آن کشورهای حوزۀ مدیترانه بوده که از آن‌جا در همان زمانی که کشت گندم در سراسر دنیا متداول شد این گیاه نیز در تمام دنیا پخش گردید. شاخه تازۀ آن مثل دیگر قسمت‌های خشک شده آن از قدیم برای التیام زخم‌ها به‌کار می‌رفته است. به همین دلیل لقب کونسولیدر[3] یعنی التیام دهنده به آن داده شده است.

برای مصارف دارویی گل‌ها و حتی سرشاخه‌های این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. گل‌ها را بدون کاسبرگ‌ها می‌چینند و سرشاخه‌ها را هنگامی که گیاه کاملاً گل کرده است جمع‌آوری می‌کنند. قسمت‌های جمع‌آوری شده نباید فشرده شوند. آن‌ها را در لایه‌های نازک در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این گیاه عطری شبیه به عطر عسل از خود متصاعد می‌کند و باید در پاکت‌های سربسته در جایی دور از نور نگهداری شود. تمام گیاه بجز گل‌هایش سمی است. این گیاه محتوی آلکالوئیدها، گلوکوزیدها، دلفینین[4] و در ساقۀ آن همراه با آکونیتیک[5] است. مواد موجود در آن مدر، دافع انگل و ملین می‌باشد. فقط پزشک می‌تواند جوشانده یا آلکلات تهیه شده از این گیاه را تجویز کند.

از این گیاه در دامپزشکی نیز استفاده می‌شود. بعضی از انواع آن با گل‌های بزرگ به عنوان گیاهی تزیینی کاشته می‌شود که البته از آن‌ها نمی‌توان برای مقاصد پزشکی استفاده کرد.

1. Dauphinelle, Pied D'alouette
2. Ranunculaceae
3. Consolidare
4. Delphinine
5. Aconitique

پودنه[1]

Dictamnus albus L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: ریزوم: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ سداب[2])؛ گیاهی پایا با ریزومی سفید و پر از ریشه (شکل پایین سمت راست) است. ساقه آن راست بوده در انتها به خوشه‌ای از گل‌های صورتی‌رنگ منتهی می‌شود. برگ‌هایش یک‌شانه‌ای متناوب و به رنگ سبز تیره هستند. میوهٔ آن کپسولی به شکل ستاره (پایین سمت چپ) است که وقتی کاملاً رسید می‌ترکد و دانه‌ها را به اطراف پرتاب می‌کند (شکل پایین وسط). تمام گیاه پوشیده از غدّه‌های کوچکی است که عطر شدیدی شبیه به عطر پرتقال از خود متصاعد می‌کند. این گیاه در سطح وسیعی از اروپای جنوبی تا شمال چین در نقاط گرم، آفتابگیر و روی زمین‌های سنگی می‌روید و در بسیاری از کشورها تحت حفاظت قرار دارد.

برای مصارف دارویی ساقه زیرزمینی این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند و پس از آن‌که آن را کاملاً پاک نموده، شسته و قسمت‌های سبز آن را جداکردند باید خیلی سریع در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه حرارت خشک کنند. خشک‌شدهٔ این گیاه نیز عطر پرتقال از خود متصاعد می‌کند و طعمی تلخ دارد. این گیاه محتوی نوعی اسانس روغنی، عصاره‌های تلخ و نوعی آلکالوئید به نام دیکتامین[3] است. این مواد خصوصاً آلکالوئیدهای آن عضلات صاف رحم را منقبض می‌کنند که از این خاصیت در پزشکی استفاده می‌شود. این گیاه برای درمان ناراحتی‌های جهاز هاضمه، دفع باد شکم، تنظم مواد دفعی و نیز علیه انگل‌های روده‌ای به کار می‌رود. برای تهیه جوشاندهٔ تند آن ۱ قاشق مرباخوری از ریشه خرد شدهٔ آن را در ۲ فنجان آب می‌ریزند و یک روز در میان یک فنجان از آن صرف می‌کنند. در افرادی که حساسیت شدیدی دارند تماس با این گیاه ممکن است آلرژی (سوزش، اگزما، خارش شدید، آماس) ایجاد کند.

1. Dictame
2. Rutaceae
3. Dictamine

گل انگشتانه گل درشت[1]

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

✝ زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد تا شهریور

Digitalis grandiflora MILL. (syn.: *Digitalis ambigua* MURR.)



(تیرهٔ گل میمون)[2]؛ گیاهی پایا با ریشه‌ای عمودی و برگ‌های گسترده در سطح زمین و سرنیزه‌ای‌شکل است. ساقه مستقیم آن دارای برگ‌های بدون دمبرگ و متناوب شبیه به برگ‌های زمینی آن است. گل‌آذین خوشه‌ای است و گل‌های بزرگ زنگوله‌ای‌شکل و زردرنگ هستند که لکه‌های قهوه‌ای‌رنگی در سطح داخلی آن‌ها دیده می‌شود. میوهٔ آن به صورت کپسول است. این گیاه در بیشه و جنگل‌های پوشیدهٔ اروپا روی خاک‌های شنی و سنگلاخ در دامنهٔ کوه‌ها و در نقاط مرتفع کوهستانی می‌روید. این گیاه را به‌سادگی می‌توان در باغ‌ها کاشت، زیرا به سرعت با محیط اطراف خود سازگار می‌شود.

برگ‌های آن را می‌توان چندین بار در سال در روزهای آفتابی با دست چید، سپس به صورت جداگانه در سایه خشک کرد. برگ‌های خشک شده را در محلی خشک و تاریک نگهداری می‌کنند. برگ‌ها را بیش از یک سال نمی‌توان نگه داشت. برای به دست آوردن کاردنولیدها[3] (پورپوراگلوکوزید و لاناتوزیدها)[4] که داروهای مهمی برای قلب به شمار می‌روند، از برگ‌های این گیاه استفاده می‌کنند. این داروها چون بسیاری سمی هستند، باید به وسیلهٔ پزشک تجویز شوند. در مقادیری که در طب مشخص شده است کاردنولیدها تنظیم‌کننده فعالیت قلب هستند و با دوزهای مشخص به شکل قرص، آمپول یا شیاف ساخته می‌شوند.

1. Digitale A Grandes Fleurs 2. Scrophulariaceae
3. Cardénolides
4. Purpurea Glucoside , lanatosides

گل انگشتانه کرکدار[1]

Digitalis lanata EHRH.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

✝ زمان برداشت: شهریور ـ مهر



(تیرهٔ گل میمون)؛ گیاهی علفی و دوساله است که در سال اول بوته‌ای زمینی از آن می‌روید. در طول سال دوم ساقه‌ای مستقیم با برگ‌های بدون دمبرگ و سرنیزه‌ای‌شکل از آن می‌روید. از بغل برگ‌های فوقانی گل‌های زنگوله‌شکلی به رنگ سفید به صورت خوشه‌ای در نوک شاخه‌ها می‌روید. میوهٔ آن به شکل کپسول است. موطن اصلی این گیاه کشورهای بالکان است که در آن‌جا برای مصارف طبی کشت می‌شود و به سبب مقاومت آن در برابر سرما و آفات و نیز مقدار زیاد مواد مؤثره موجود در آن به انواع دیگر ترجیح داده می‌شود. دانهٔ آن را در بهار (برای برداشت برگ‌ها) یا در پاییز (برای برداشت دانه در سال آینده) می‌کارند. برگ‌های آن راکه در لایه‌های نازک پهن می‌کنند، در طول یک روز (با حرارت محیط) خشک می‌کنند. رطوبت زیاد مواد مؤثرهٔ موجود در گیاه را تجزیه می‌کند و ارزش آن را از بین می‌برد. این گیاه اساساً محتوی گلوکوزیدهایی از قبیل لاناتوزیدهای[2] A، B و C است. این مواد چهار برابر مؤثرتر از پورپوراگلوکوزید موجود در گل انگشتانه ارغوانی‌رنگ است و از آن به عنوان مادهٔ قوی تقویت‌کننده قلب با اثر سریع در موارد حاد و نارسایی‌های قلبی، تاکیکاردی یا نامنظم بودن فعالیت قلبی (حالت آسم شدید به‌عنوان مثال) استفاده می‌شود. این گیاه منحصراً در صنایع داروسازی مصرف می‌شود.

1. Digitale Laineuse

2. Lanatoside

گل انگشتانه ارغوانی[1]

Digitalis purpurea L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

† زمان برداشت: گل‌ها در سال دوم: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ گل میمون)؛ گیاهی علفی دو ساله با ساقه‌ای بلند و مستقیم است که در انتهای آن خوشه‌ای از گل‌های زیبای بنفش یا ارغوانی‌رنگ قرار دارد. سال اول تنها یک بوته زمینی برگدار می‌روید و سال دوم ساقه گلدار ظاهر می‌شود. گل‌های آن بزرگ، زنگوله‌ای شکل و به رنگ بنفش تا سفید با لکه‌های بنفش در داخل است. میوهٔ آن به شکل کپسول است. این گیاه در حاشیه جنگل‌های اروپا، در بیشه‌زارها و خصوصاً در مناطق کوهستانی می‌روید، همچنین به‌عنوان گیاهی تزیینی بسیار مورد توجه است و اغلب در باغ‌ها کشت می‌شود. برای مصارف دارویی آن را در مزارع می‌کارند.

برگ‌های این گیاه را در هوای گرم و خشک در سال اول یا دوم می‌چینند. برگ‌های خشک شده باید حداقل رطوبت ممکن را (حدود ۳ درصد) دارا باشند در غیر این صورت مواد مؤثره موجود در گیاه به سبب فعالیت‌های آنزیمی از بین می‌رود. گیاه را به مدت ۲۴ ساعت در حرارت محیط می‌گذارند تا پژمرده شود، سپس آن را در حرارت بالاتری تا حداکثر ۷۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. این گیاه محتوی گلوکوزیدهای مهمی است که روی قلب تأثیر می‌گذارند (نظیر پورپوراگلوکوزیدهای A و B که روی ترکیبات قندی قرار گرفته‌اند). مواد به‌دست آمده باید در صنایع داروسازی مصرف شوند. از آن‌ها داروهای مهمی برای قلب به دست می‌آید. داروها را تحت نظر پزشک در نارسایی‌های قلبی، برای آهسته یا کند کردن ضربان، تنظیم فعالیت قلبی ناهماهنگ یا ضعیف و همچنین در هیپرتروفی[2] قلبی می‌توان مصرف کرد. مواد موجود در این گیاه ضمن آن‌که مدر هستند، در بدن انباشته می‌شوند.

1. Oigitale Pourpre

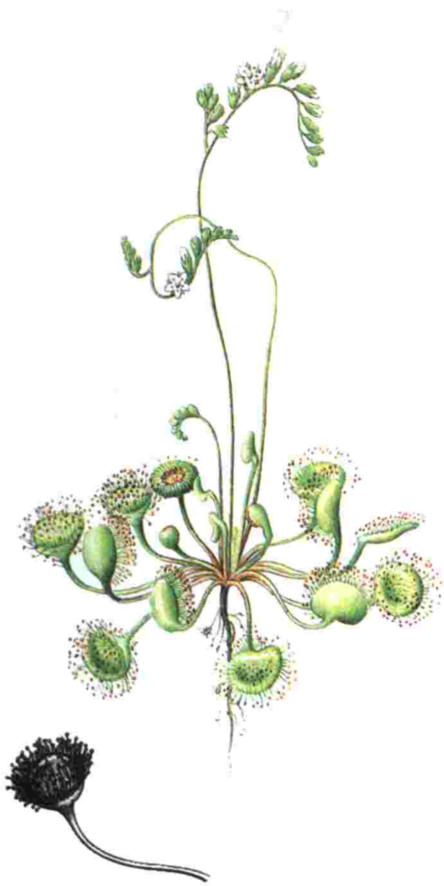
2. Hypertrophie

دروزرا (گیاه گوشتخوار)[1]

Drosera rotundifolia L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ دروسراسه)[2]؛ گیاهی گوشتخوار و پایاست که در زمین‌های باتلاقی، اسیدی و تورب‌زار می‌روید و قادر است که مکمل‌هایی ازتی به‌وسیلهٔ جذب حشرات برای خود تهیه کند. برگ‌های آن دارای دمبرگ‌های بلندی است و شاخک‌های حساس غده‌ای روی آن قرار دارند که در انتهایشان قطره کوچکی از ماده هضم‌کننده قرار گرفته است. ساقه لخت آن دارای گرزنی از گل‌های سفید و کوچک است. میوهٔ آن به شکل کپسول است. دروزرا گیاه نسبتاً کمیابی است و در بسیاری از کشورها مورد حفاظت قرار گرفته است. در عین حال امکان کشت آن به مقدار کم حتی در شرایط مصنوعی نیز وجود دارد. نام ژنریک آن از کلمه دروسوس[3] به معنای شبنم است که وجه تسمیهٔ آن قطرات مایعی است که روی برگ‌های آن قرار دارد.

سرشاخه‌های این گیاه را هنگامی که کاملاً گل کرده باشد با احتیاط کامل و با دست می‌چینند. آن‌ها را در لایه‌های نازک در سایه و در جریان هوا خشک می‌کنند. این گیاه خصوصاً محتوی آنزیم‌ها، گلوکوزیدها، ویتامین C و همچنین مواد رنگی است و روی سیستم اعصاب اثر تسکین‌دهنده داشته آرام‌کنندهٔ تشنجات است. دم‌کرده گرمی از آن به مقدار ۲ قاشق مرباخوری در ۲ فنجان آب جوش تهیه می‌کنند که باید آن را با جرعه‌های کوچک نوشید. عصاره‌هایی از این گیاه موجود است که علیه سرفه‌های شدید به‌کار می‌رود. نوعی تنطور نیز از آن تهیه می‌شود. این گیاه در ترکیبات جوشانده‌های مدر و آنتی‌اسکلروتیک[4] و هیپوگلیسیمانت[5] به‌کار می‌رود. مصرف این گیاه در مسلولین وکسانی که دچار فشار خون پایین هستند، منع شده است.

1. Rossolis à Feuilles Rondes 2. Droseraceae
3. Drosos 4. Antisclérotique
5. Hypoglycémiante

سرخس نر [1]

Dryopteris filix - mas (L.) SCHOTT.

✝ زمان برداشت: ساقه : خرداد تا شهریور



(تیرهٔ سرخس)؛ گیاهی پایا، با ریزوم فلس‌دار است. برگ‌ها دمدار و دوشانه‌ای هستند که ابتدا خمیده و عصایی‌شکل و پوشیده از فلس‌های قهوه‌ای‌رنگند. در اواخر تابستان در قسمت زیرین برگ‌ها دو ردیف هاگدان ظاهر می‌شود. هاگدان‌ها، هاگ‌های قهوه‌ای رنگی آزاد می‌سازند که عمل تولید مثل گیاه را انجام می‌دهند. همهٔ قسمت‌های گیاه سمی هستند. سرخس در جنگل‌های تاریک، روی صخره‌ها و در کنار جویبارها می‌روید و خواص دارویی آن از دوران قدیم شناخته شده است.

برای مصارف دارویی، ریزوم این گیاه را هنگامی که برگ‌ها آغاز به جوانه زدن نمودند جمع‌آوری می‌کنند. پس از آن‌که آن‌ها را کاملاً پاک کردند قسمت‌های سبز و ریشه‌ها را قطع کرده سپس در حرارت ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. رنگ محل قطع شده ابتدا سبز است و سپس به رنگ قهوه‌ای درمی‌آید. ساقه‌ها محتوی آسپیدینوفیلیسین [2]، فلوروگلوسین [3] و فیل‌مارون [4] و همچنین مقدار معتنابهی نشاسته و تانن هستند. عصاره اِتری آن در طب انسانی و دامپزشکی به عنوان دارویی برای دفع کرم کدو به کار می‌رود. ریزوم و تمام داروهای تهیه شده از آن سمی است و باید تحت نظر پزشک مصرف شود. مصرف مقدار زیاد آن باعث آسیب‌های غیرقابل جبرانی روی عصب چشمی می‌شود. به همین دلیل امروزه ترجیح داده می‌شود که ترکیبات تهیه شده از این گیاه را با مواد مصنوعی جایگزین و تعویض نمایند. جوشاندهٔ آن برای استفاده در کمپرس‌ها روی زخم‌هایی که دیر خوب می‌شوند و برای تسکین دردهای روماتیسمی به کار می‌رود.

1. Fougere mâle
2. Aspidinofilicine
3. Floroglucine
4. Filmarone

اِپی لوبیوم[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد
زمان برداشت: برگ‌ها : خرداد تا مرداد

Epilobium angustifolium L. [syn.: *Chamaenerion angustifolium* (L.) SCOP.]



(تیرهٔ اوناگراسه)[2]؛گیاهی است پایا با ریزومی خزنده‌که ساقه‌ای بلند و مستقیم با برگ‌های سرنیزه‌ای شکل و متناوب از آن می‌روید. در انتهای ساقه خوشه بلندی از گل‌های قرمز متمایل به بنفش قرار دارد. میوهٔ آن به شکل کپسول است و در درون آن دانه‌های کاکل‌داری وجود دارد(شکل بالا). این گیاه در تمام دنیا (بجز آفریقا) در جنگل‌های تنک به صورت توده‌ای روی خاک‌های دستی، زباله‌ها و دامنه‌ها می‌روید.

در طب از برگ‌های این گیاه استفاده می‌شود. برگ‌ها را در هوای گرم و خشک می‌چینند و در سایه در جریان هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. برگ‌های خشک شده تا ۲۰ درصد تانن دارند و همچنین محتوی لعاب، قند، پکتین و ویتامین C هستند. آن‌ها روی سیستم اعصاب اثر آرامبخش دارند و جوشانده حتی دم‌کردهٔ آن را برای تسکین سردرد یا میگرن مصرف می‌کنند. با مصرف آن شخص خوابی آرام و مفید خواهد داشت. مردم شرق این گیاه را چای ایوان می‌نامند و آن را به جای چای واقعی مصرف می‌کنند. مقدار ویتامین C موجود در آن این اجازه را می‌دهد که از آن به عنوان آنتی‌اسکروفولوز[3] استفاده شود و همچنین به عنوان جوشانده‌ای طراوت‌بخش توصیه می‌شود. برخی مواقع ریزوم آن را که مقدار کم‌تری تانن دارد و فاقد لعاب است جمع‌آوری می‌کنند. ریشه را می‌توان به صورت تازه جوید. جوشانده پودر آن در مصارف خارجی التیام‌بخش است. این گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Epilobe A Feuilles étroites 2. onagraceae
3. Antiscrofuleuse

دم اسب[1]

Equisetum arvense L.

زمان برداشت: ساقه برگدار: اردیبهشت تا شهریور

(تیرهٔ دم‌اسبیان)؛ گیاهی است پایا و بدون گل با ریزومی سیاهرنگ که دو نوع ساقه از آن می‌روید. یکی در بهار که به صورت بند بند و فاقد کلروفیل است و در انتها به هاگدان منتهی می‌شود و دیگری ساقه تابستانی است که سبز رنگ و به صورت چتری است. این گیاه در خاک‌های سبک شنی که در زیر آن سفره آب سطحی نیز وجود داشته باشد به صورت خودرو به وفور می‌روید. در طول تابستان ساقه‌های سبز آن را جمع‌آوری نموده پس از بریدن سریعاً با حرارت ۴۰درجه سانتیگراد خشک می‌کنند.

این گیاه محتوی مقدار کمی اسید سیلیسیک (مقدار آن با افزایش سن گیاه بالا می‌رود)، رگه‌هایی از آلکالوئیدهایی از قبیل نیکوتین و اکوئیزتین[2]، گلوکوزید ـ فلاون‌ها و ساپونین‌هاست. ساقهٔ این گیاه از ترکیبات اصلی جوشانده‌های مدر است و در عین حال تعرق بیش از حد را کاهش می‌دهد. این گیاه همچنین اثر ضد تورمی (در قدیم جوشانده‌ای به مقدار ۵ گرم از ساقهٔ خشک آن در روز علیه بیماری‌های ریوی و حتی سل به‌کار می‌رفت) نیز دارد. این گیاه به تنهایی یا به شکل مخلوط علیه آرترواسکلروز مؤثر است و از آن به عنوان متوقف‌کننده خونریزی‌های داخلی و خارجی (مثلاً خونریزی بینی) استفاده می‌شود. آن را به عنوان غرغره علیه لارنژیت[3] و کمپرس‌ها و شستشوی زخم‌های ناسور، تحریکات پوستی و اولسرها مورد استفاده قرار می‌دهند. دیگر انواع دم‌اسب کشت نمی‌شود. شکل پایین اختلاف بین ساقه‌های انواع شناخته شده آن را نشان می‌دهد.



1. Prêle des champs
2. Equisetine
3. Laryngite

اوفرازیا[1]

Euphrasia officinalis L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: تیر تا شهریور

(تیرهٔ گل میمون)؛ گیاهی است یکساله با ساقهٔ کوتاه و منشعب و برگ‌های متقابل و کوچک دندانه‌دار که از بغل آن‌ها گل‌های سفید، زرد طلایی یا بنفش‌رنگ ظاهر می‌شود. میوهٔ آن به صورت کپسول است. این گیاه نسبتاً فراوان است و در مراتع مرطوب، مرغزارها و حتی در جنگل می‌روید. از قدیم این گیاه را به خاطر خواص موجود آن برای چشم می‌شناختند. نام ژنریک آن از اوفرزیا[2] به معنای شادی که همان شادی از درمان است مشتق شده است.

سرشاخه‌های این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. بدین شکل که قسمت فوقانی ساقه را با گل‌ها و برگ‌هایش بریده قسمت‌های چوبی را از آن جدا نموده آن را روی سبد در لایه‌های نازک برای خشک شدن پهن می‌کنند. آن‌ها محتوی نوعی گلوکوزید، اکوبین[3]، تانن، نوعی اسانس روغنی، شیره‌های تلخ و مواد رنگی هستند. از این گیاه در تهیه کمپرس‌ها و محلول‌های شستشوی چشم و برخی مواقع با آب محتوی اسید بوریک استفاده می‌کنند. برای این کار عصاره مایع آن را به مقدار ۵ گرم از قسمت‌های محرکه گیاه در ۱۰۰ میلی‌لیتر به مدت ۲۵ دقیقه می‌خیسانند. این محلول برای جریان غیرعادی اشک چشم، کونژونک تیویته[4]، حساسیت بیش از حد به نور و خستگی عمومی چشم مفید است. دم‌کردهٔ این گیاه را نیز برای تحریک ترشح غدد هاضمه و تنظیم کار جهازهاضمه به‌کار می‌برند. طب مردمی از این گیاه در تسکین ناراحتی‌های عصبی و درمان سردرد، هیستری، بی‌خوابی و تشنجات استفاده می‌کند. در مصارف خارجی آن را روی زخم‌هایی که به سختی خوب می‌شوند استفاده می‌کنند. این گیاه عسل دهندهٔ خوبی است.



1. Euphraise ofricinale   2. Euphrasia

3. Aucubine   4. Conjonctivite

گندم سیاه تاتاری[1]

Fagopyrum tataricum (L.) GAERTN.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا خرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت



(تیرهٔ هفت‌بند)؛ گیاهی است علفی، یکساله با ساقه‌ای راست، سبز و برگ‌های متناوب بی‌دم پیکانی‌شکل که در انتهای ساقه به دور محور گل‌های خوشه‌ای سبز رنگ قرار گرفته‌اند. میوهٔ آن خشک سه‌تایی (شکل پایین) است. موطن اصلی این گیاه آسیای مرکزی است. در زمان قدیم این گیاه را مردم چادرنشین به سبب دوران کوتاه سبز بودن آن‌که تنها ۹۰ روز است، کشت می‌کردند. دانه‌های آن سرشار از نشاسته است که از آن به صورت آرد یا بلغور استفاده می‌شود.

پس از کشف روتین[2] که ماده‌ای مؤثر در استحکام و قابلیت نفوذ مویرگ‌های خونی است، مصرف این گیاه در صنایع داروسازی آغاز شد. در واقع سرشاخه‌های این گیاه مواد اوّلیه‌ای برای تهیه روتین هستند. جمع‌آوری این گیاه فقط یک بار قبل از گل دادن آن انجام می‌شود که به سرعت آن را در خشک‌کن گذاشته با حرارت ۵۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. پس از خشک کردن قسمت‌های مؤثر آن را که تا ۱ درصد محتوی روتین است، به صورت صنعتی عمل می‌آورند و داروهای مؤثری علیه ناراحتی‌های گردش خون از آن‌ها تهیه می‌کنند. در حال حاضر روتین را بیش‌تر از درختی به نام سوفورای ژاپنی به دست می‌آورند و این گیاه به تدریج اهمیت خود را از دست می‌دهد.

این گیاه عسل دهنده‌ای بسیار عالی است و به عنوان علوفه برای حیواناتی که به مقدار کافی زیر نور خورشید قرار ندارند، مناسب است، چراکه باعث می‌شود تا ناراحتی‌هایی که به وسیلهٔ درماتوز و اودم[3] سر یا گردن و تشنجات ایجاد می‌شوند از بین بروند (فگوپریسم)[4].

شکل‌های کوچک بالا اختلاف بین گل‌های فگوپیروم[5]، اسکولنتوم[6] (سمت چپ) و گل گیاه حاضر را نشان می‌دهند.

1. Sarrasin de Tartarie
2. Rutine
3. Dermatoses, Oedémes
4. Fagopyrisme
5. Fagopyrum
6. Esculentum

اسپیره[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: گل‌ها : خرداد ـ مرداد. برگ‌ها : اردیبهشت ـ خرداد. ریزوم: مهر تا آبان

Filipendula ulmaria (L.) MAXIM. (syn.: *Spiraea ulmaria* L.)



(تیرهٔ گلسرخ)؛ گیاهی است پایا با ساقه‌ای افراشته و گل‌آذین دیهیم با گل‌های سفید یا کرم‌رنگ. برگ‌ها متناوب تک‌شانه‌ای با دندانه‌های بزرگ هستند. میوه‌های آن هر کدام تنها یک دانه دارند. این گیاه به صورت خودرو در کنار آب‌ها و نزدیک چشمه‌ها و اماکن مرطوب به وفور یافت می‌شود. این گیاه از قدیم به عنوان گیاهی دارویی به کار می‌رفت.

از گل‌های این گیاه بیش‌تر استفاده می‌شود که آن‌ها را در یک لایه نازک و منظم در سایه یا در خشک‌کنی با حداکثر حرارت ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. همچنین می‌توان برگ‌های جوان و ریزوم‌های آن را جمع‌آوری کرد. تمام این قسمت‌ها محتوی گلوکوزید، گااولترین[2] و اسپیرئین[3]، به مقدار کمی هلیوتروپین[4]، نوعی ماده رنگی زرد، وانیلین[5] و اسید سالیسیلیک[6] آزاد که از تجزیه گااولترین به دست می‌آید هستند. گل‌های خشک شده را برای تهیه جوشانده‌های ضد گریپ و به عنوان معرّق برای پایین آوردن تب و تسکین دردهای روماتیسمی مورد استفاده قرار می‌دهند. برگ‌ها و گل‌های آن مدّر است و برای آرام کردن دردهای مثانه و کلیه مورد استفاده قرار می‌گیرد. مصرف آن یا به صورت دم‌کرده (یک قاشق مرباخوری برای یک فنجان آب، دو تا سه فنجان در روز) یا به صورت خیسانده (یک قاشق مرباخوری در هر فنجان آب که ده ساعت خیس خورده باشد) است. جوشانده، خیسانده و خود گیاه دارای عطر خاصی شبیه به عطر متیل‌استر[7] اسید سالیسیلیک است.

1. Ulmaire
2. Gaultérine
3. Spireine
4. Héliotropine
5. Vanilline
6. Acide salicylique
7. Méthyl ester

رازیانه[1]

Foeniculum vulgare MILL.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: میوه‌ها: مرداد تا شهریور



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی است دوساله، پایا، با ساقه‌ای راست و شیاردار و برگ‌های متناوب با بریدگی‌های عمیق و نخی‌شکل. در انتهای ساقه گل‌آذین چتر مرکب متشکل از گل‌های کوچک زرد قرار دارد. میوه‌های آن به صورت دوفندقه و تمام گیاه دارای اسانس است. موطن اصلی این گیاه منطقهٔ مدیترانه و قفقاز است. امروزه به طرق مختلفی در مزارع و باغ‌ها کشت می‌شود.

برای مصارف دارویی میوه‌های آن راکه کاملاً رسیده باشند، با دست می‌چینند و قسمت‌های نارس را تا زمان رسیدن رها می‌کنند. دانه‌های خشک و جدا شده را در محلی خشک و درون پاکت کاملاً سربسته نگهداری می‌کنند. میوه‌ها اسانسی روغنی تا ۶ درصد دارند که مواد اصلی ترکیبات آن آنتول[2]، و همچنین آلبومین‌ها، قندها و لعاب است. دانه‌های آن دارای اثر آرام‌کننده (عضله صاف)، بی‌حس‌کننده (دل درد) و بادشکن است. جوشانده رازیانه را برای رفع اسهال و یبوست و بهبود ترشح شیر و علیه بیماری‌های مجاری ادرار و به‌عنوان کمک درمان بیماری دیابت توصیه می‌کنند. از اسانس رازیانه برای تهیه آب رازیانه که برای غرغره و شستشوی چشمی به‌کار می‌رود استفاده می‌شود.

رازیانه دارای مصارف صنعتی در ساخت لوازم‌آرایشی، مرباسازی و ساخت لیکور است. این گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Fenouilcommun   2. Anéthol

توت‌فرنگی وحشی[1]

Fragaria vesca L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: برگ‌ها: اردیبهشت تا مرداد



(طایفه رز)؛ گیاهی است پایا، با ریزومی کوتاه و ساقهٔ خزندهٔ طویل و ریشه‌دار. برگ‌ها سه برگچه‌ای‌اند، دمبرگ بلندی دارند و پشت آن‌ها پرزدار است. دارای گل‌آذین خوشه‌ای با گل‌های کم‌پشت و سفیدرنگ در انتهای ساقه‌ها بالارونده است. میوهٔ آن فندقهٔ مرکب است که در یک نهنج گوشتی قرار گرفته است و مجموعاً توت‌فرنگی را تشکیل می‌دهند که میوه‌ای قرمزرنگ و معطر است. توت‌فرنگی وحشی در بیشه‌زارها، جنگل‌های انبوه و حاشیه مزارع می‌روید. برگ‌های جوان و سالم این گیاه را برای مصارف طبی جمع‌آوری می‌کنند. پس از چیدن آن‌ها را در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه حرارت خشک می‌کنند. در این شرایط برگ‌ها عطر طبیعی و مزهٔ اندک تلخ خود را حفظ می‌کنند. آن‌ها محتوی تانن، نوعی اسانس روغنی، ویتامین C و چندین ماده دیگر هستند. جوشانده برگ‌های توت‌فرنگی نوشیدنی‌ای مقوی برای افراد عصبی و کم‌خون است. آن‌ها همچنین برای رفع کاتاره روده‌ای و معده که همراه با اسهال باشند نیز مؤثرند و دارای اثر مثبتی روی ناراحتی مجاری ادرار، کلیه‌ها و سنگ‌های کلیوی هستند. برگ‌های تخمیرشدهٔ آن جایگزین خوبی برای چای است و مانند تمشک اشتهاآور نیز هست. جوشاندهٔ برگ و کمپرس روی زخم‌های عفونی و در غرغره علیه بوی بد دهان به کار می‌رود.

برگ توت‌فرنگی پرورشی فاقد مواد مؤثره است و مورد استفاده قرار نمی‌گیرد.

1. Fraisir de Boi

زبان گنجشک[1]

Fraxinus excelsior L.

دوران گل‌دهی: فروردین و اوایل اردیبهشت

زمان برداشت: پوسته: اسفند، برگ‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ زیتون)؛ درختی است با شاخه‌های نرم به رنگ خاکستری متمایل به سبز و جوانه‌های سیاهرنگ. این جوانه‌ها در اوایل بهار گل‌های ریز قهوه‌ای متمایل به قرمز تولید می‌کنند که به صورت خوشه‌ای در کنار یکدیگر قرار دارند. هنگامی که گل‌ها خشک می‌شوند برگ‌ها می‌رویند. برگ‌ها تک شانه و متشکل از برگچه‌های دندانه‌دار و میوهٔ سامار است. این گیاه در کناره جنگل‌ها و بیشه‌زارها، جاده‌ها و اطراف نقاط مسکونی می‌روید. خواص دارویی پوست این گیاه از دوران قدیم شناخته شده و آن را به‌عنوان تب‌بر و به جای کنین به کار می‌برده‌اند.

پوست تنه و برگ آن را برای مصارف دارویی جمع‌آوری می‌کنند. پوسته آن را از روی شاخه‌های جوان و ترجیحاً از درختان قطع شده جمع‌آوری می‌کنند. پوست زبان گنجشک محتوی نوعی گلوکوزید، فراکسین[2]، تانن و مواد تلخ است. برگچه‌های آن را با دست جمع‌آوری می‌کنند که محتوی فراکسین، مانیت، اسیدهای آلی، تانن و قند است. قسمت‌های جمع‌آوری شده را روی سبد و در سایه که هوا در آن کاملاً جریان داشته باشد پهن نموده خشک می‌کنند. آن‌ها ملیّن سبکی هستند و برای تنظیم کار روده‌ها و همچنین برای دفع انگل‌های روده‌ای به کار می‌روند. از آن‌ها به عنوان تب‌بر و برای تسکین ناراحتی‌های کلیوی خصوصاً در صورت وجود سنگ کلیه، دردهای روماتیسمی و نقرس استفاده می‌شود. یک قاشق از برگ‌های خشک شدهٔ آن را در فنجانی آب می‌ریزند و کمی می‌جوشانند، سپس به مدت ۵ دقیقه دم می‌کنند و چندین بار در روز از آن مصرف می‌نمایند. مقدار مصرف پوسته آن نیز همان مقدار است. اما باید گذاشت تا کمی بیش‌تر بجوشد. از برگ‌ها برای شستن زخم‌ها نیز استفاده می‌شود. چوب این گیاه سفید و سخت است و در ساخت وسایلی از قبیل مبل به کار می‌رود. این گیاه همچنین عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Frene Élevé 2. Fraxine

شاه تره[1]

Fumaria officinalis L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا اواخر تیر

✝ زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت تا اوایل مرداد



(تیرهٔ خشخاش)؛ گیاهی علفی، یکساله، با ساقه‌ای شکننده، کوتاه و شاخه‌دار است. برگ‌های آن عمیقاً منقسم و به رنگ سبز متمایل به آبی است. گل‌های کوچک لوله‌ای شکل آن که به سادگی قابل شناسایی هستند به صورت مجموعه‌ای روی یک خوشه به رنگ بنفش می‌رویند. میوهٔ آن فندقه است. این گیاه به صورت خودرو و به فراوانی در کشتزارها، باغ‌ها و تاکستان‌ها می‌روید. این گیاه از دیرباز مصارف طبی و آرایشی داشته است. نام علمی آن از کلمهٔ لاتین فوموس[2] به معنای دود مشتق شده که این نام به دلیل بو و خاصیت سوزاندن چشم و رنگ خاکستری گیاه بر آن گذاشته شده است.

ضمن کندن تمام گیاه از زمین سرشاخه آن را با دست جمع‌آوری می‌کنند، سپس به صورت لایه‌های نازک یا بسته‌هایی آویزان در محلی که هوا جریان داشته باشد، خشک می‌کنند. درجه حرارت مناسب برای خشک کردن آن ۳۵ درجه سانتیگراد است. خشک شدهٔ آن باید در محلی خشک و در ظروف دربسته نگهداری شود. این گیاه محتوی آلکالوئیدها و خصوصاً فومارین[3] و همچنین تانن‌هاست. این گیاه روی عضلات صاف اثر می‌گذارد و حرکات دودی روده را شدت می‌بخشد. به همین دلیل اشتهاآور نیز هست. از دیگر اثرات آن مدر و مسهل صفرا بودن آن است. در مصارف خارجی وضعیت پوست را بهبود بخشیده، ناراحتی‌های پوستی را درمان می‌کند و همراه با برگ گردو برای بواسیر نیز مفید است.

این گیاه سمی است و مصرف آن به مقدار زیاد باعث فلج عضلات صاف و دستگاه تنفسی می‌شود. مصرف آن باید تحت نظر پزشک باشد.

1. Fumeterre officinale
2. Fumus
3. Fumarine

گاله گا[1]

Galega officinalis L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد



(تیره بقولات)؛ گیاهی است پایا، با ساقه‌ای افراشته و گوشه‌دار و برگ‌های متناوب تک‌شانه‌ای که از بغل آن‌ها گل‌های سفید، صورتی یا بنفش خوشه‌ای می‌رویند. میوهٔ آن نیام و قهوه‌ای رنگ است. این گیاه را به صورت خودرو در مناطق گرم و مرطوب می‌توان یافت. در زمان قدیم از این گیاه علیه طاعون و تب استفاده می‌کردند.

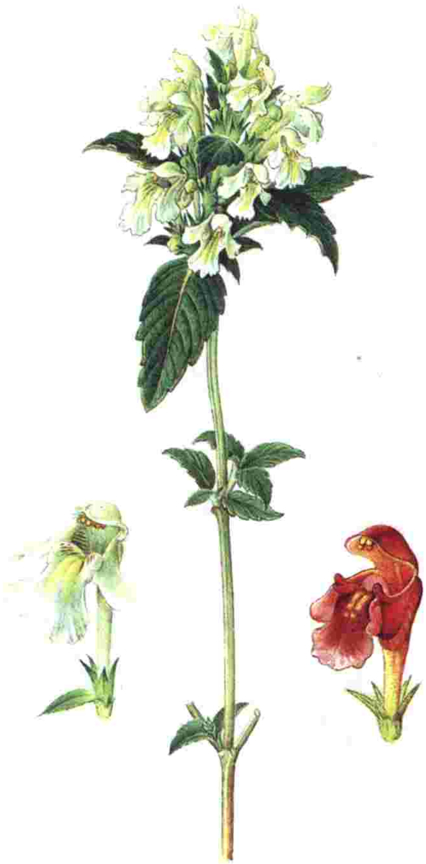
سرشاخه‌های این گیاه را هنگام گل دادن جمع‌آوری نموده در سایه و در محلی که هوا جریان داشته باشد روی سبد پهن می‌کنند یا به صورت دسته‌ای آویزان نموده خشک می‌کنند. در صورت استفاده از خشک‌کن درجه حرارت آن نباید از ۵۰ درجه سانتیگراد تجاوز کند. از پایه‌هایی که مسن‌تر باشند می‌توان چند بار در سال برداشت کرد. قسمت‌های محرکهٔ آن محتوی ترپنوئیدهای[2] ازته از قبیل گالژین[3] گلوکوزیدهای گروه فلاون‌ها، ساپونین‌ها و تانن‌هاست. این مواد قند خون را پایین آورده ترشح شیر را زیاد می‌کنند. از این گیاه، به‌عنوان کمکی در درمان دیابت و برای تحریک غدد شیری در زمان شیردهی استفاده می‌شود. برای این کار دم‌کرده‌ای از این گیاه به مقدار ۲ قاشق مرباخوری برای یک لیوان آب یا ۲ قاشق از دانه‌های خرد شده آن در نیم لیتر آب تهیه می‌شود. در مصارف خارجی از این گیاه در مرهم‌های التیام‌بخش خصوصاً در جراحی پلاستیک استفاده می‌شود. از اثر گالاکتوژن[4] روی حیوانات خصوصاً روی گاو و گوسفند برای ازدیاد شیر آن‌ها استفاده می‌شود.

1. Galéga officinal 2. Terpénoïde 3. Galégine
4. Galactogéne

رأس الهر[1]

Galeopsis segetum NECK. [syn.:
Galeopsis ochroleuca LAM., *Dalanum segetum* (NECK.) DOST.]

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد
زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی، یکساله، با ساقه‌ای افراشته و شاخه‌دار با مقطع چهارگوش و برگ‌های متقابل، بیضی‌شکل و دندانه‌دار است. از بغل برگ‌ها گل‌های زردی به صورت منفرد می‌روید. میوه‌ها فندقه‌ای و چهارتایی هستند. تمام گیاه دارای پرزهای نرمی است. به حالت خودرو در زمین‌های بکر، مزارع و خرابه‌ها و به صورت کشت در مزارع یا باغ‌ها به خاطر خواص دارویی آن یافت می‌شود. این گیاه از زمان قدیم شناخته شده و کشت می‌شده است. برای التیام زخم‌ها، اودم[2] و سل از آن استفاده می‌شده است.

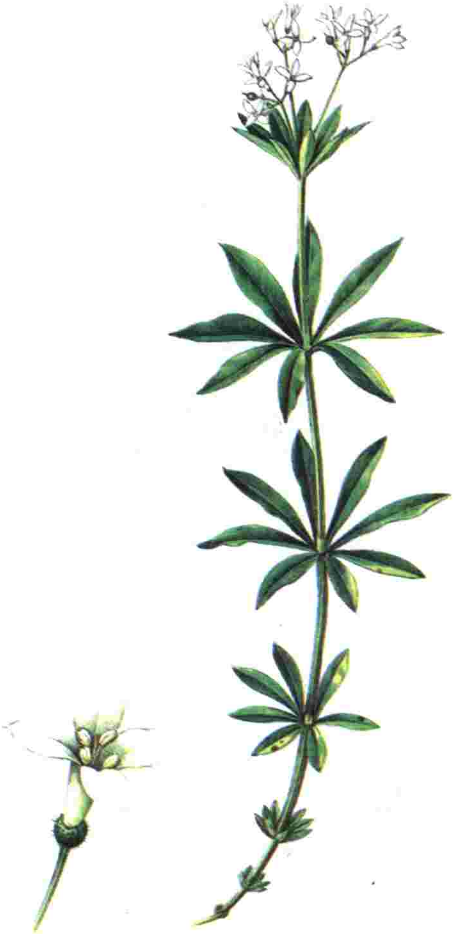
سرشاخه‌های آن را هنگامی که کاملاً گل کرده باشد جمع‌آوری نموده در محلی خشک در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این گیاه محتوی تانن، ساپونین، نوعی گلوکوزید، نوعی اسانس روغنی و اسید سیلیسیک است. از این گیاه در ترکیبات جوشانده برای ناراحتی‌های سینه و به خاطر خاصیت خلط‌آور آن در صورت تورم مجاری فوقانی تنفسی، سیاه‌سرفه یا برونشیت استفاده می‌شود. این گیاه ضمناً اشتهاآور، هضم‌کننده و ضد کم‌خونی نیز است. مقدار مصرف آن ۳ قاشق در ۳ فنجان آب است که در طول روز باید نوشیده شود. مصرف این گیاه در دوران نقاهت تقویت‌کننده است و اثر مدر نیز دارد. در مصارف خارجی از آن برای التیام زخم‌هایی که دیر خوب می‌شوند و برای درمان درماتوزهای اولسری استفاده می‌کنند. انواع دیگر این گیاه (مثلاً رأس‌الهر تتراهیت[3] با گل‌های قرمز) همین مواد مؤثره را دارند و آن‌ها نیز کشت می‌شوند. همهٔ آن‌ها از جمله گیاهان عسل دهنده بسیار خوب هستند.

1. Galéopsis des champs
2. Oedémes
3. G.Tetrahit

آسپرول معطر[1]

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد
زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت ـ خرداد

Galium odoratum (L.) SCOP . (syn.: *Asperula odorata* L.)



(تیرهٔ روناس)؛ گیاهی علفی و پایاست که در بیشه‌زارهای آفتابگیر می‌روید. از مجموعه ریشه‌های کوچک درهم و ساقه‌های زیرزمینی گیاه ساقه‌های بالارونده‌ای با برگ‌های فراهم، سرنیزه‌ای شکل با لبه‌های زبر می‌روید. گل‌های سفید و معطر گیاه در انتهای ساقه‌ها قرار دارند. میوه آن فندقه، دو قسمتی و پرزدار است.

برای جمع‌آوری سرشاخه‌های آن تمام گیاه را به دقت می‌برند و سریعاً در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند که البته نباید رنگ آن قهوه‌ای شود، در این حال بوی کومارین[2] (شبیه علوفه) می‌دهد و تلخ مزه می‌شود. خشک شدهٔ آن را باید در محلی تاریک و در پاکت‌های دربسته نگهداری کرد. این گیاه خصوصاً محتوی گلوکوزیدهای شبیه کومارین، نوعی تانن و نوعی ماده تلخ است. این گیاه در صورت تحریکات بیش از حد یا فشار زیاد عصبی آرام‌کننده بوده در موارد تپش قلب برای تنظیم ضربان آن و علیه بی‌خوابی کودکان و افراد مسن به کار می‌رود. دم‌کرده‌ای که مقدار آن ۲ قاشق مرباخوری از این گیاه در ۲ فنجان آب است تهیه نموده در طول روز صرف می‌کنند. یا خیساندهٔ همین مقدار را تهیه می‌کنند. در صورت استفاده مقدار بیش‌تری از این گیاه امکان ایجاد سرگیجه، تهوع و سردرد وجود دارد. در مصارف خارجی از آن در شستشوها یا در کمپرس‌ها برای التیام زخم‌های عفونی، درماتوزها[3] و اولسرها استفاده می‌شود.

1. Aspérule odorante
2. Coumarine
3. Dermatose

علف پنیر[1]

Galium verum L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها : خرداد تا مرداد



(تیرهٔ روناس)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزومی خزنده است. ساقه‌های آن راست و بالارونده است و در انتهای آن‌ها خوشه گل‌های زرد می‌روید. این گیاه در فصل تابستان گل می‌دهد به همین دلیل به سادگی می‌توان آن را شناسایی کرد. برگ‌های آن به رنگ سبز تیره و نازک است و یک رگهٔ برجسته در وسط آن‌ها قرار دارد. پشت برگ‌ها پرزدار است و به طور فراهم روی ساقه و شاخه‌ها می‌رویند. میوهٔ آن فندقهٔ دوقسمتی است. این گیاه در دامنه‌های خشک، حاشیه مزارع و مراتع می‌روید.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های این گیاه را در موقع گل کردن با دست جمع‌آوری می‌کنند، سپس در جریان هوا و حتی در آفتاب یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. سرشاخه‌های خشک شدهٔ این گیاه بویی نامطبوع و طعمی تلخ دارد و محتوی موادی شبیه به گلوکوزیدها، اسانس روغنی و آنزیم‌هاست. این گیاه مدر، ضدعفونی‌کننده و آرامبخش است. مصرف این گیاه به صورت دم‌کرده و به مقدار ۲ قاشق سوپخوری از قسمت‌های خشک شدهٔ آن در یک لیتر آب است که در طول روز و هر بار مقدار کمی از آن را می‌نوشند. این گیاه داروی مناسبی برای مداوای مجاری ادرار است، زیرا ترشحات کلیوی را تحریک نموده تشنجات را آرام می‌کند. در مصارف خارجی جوشانده یا دم‌کردهٔ آن را برای شستشو و کمپرس زخم‌های ناسور و در تحریکات پوستی و اولسرها به کار می‌برند.

قسمت‌های سبز این گیاه دارای آنزیم منعقدکننده پاراکیموزین[2] است که باعث انعقاد پروتئین‌های شیر می‌شود و به همین سبب به آن علف پنیر می‌گویند و در آشپزی از آن استفاده می‌کنند. این گیاه همچنین عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Caille-lait 2. Parachymosine

طاووسی پاکوتاه[1]

Genista tinctoria L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا اواخر مرداد

زمان برداشت: خرداد تا اواخر مرداد



(تیرهٔ بقولات)؛ درختچه‌ای کوتاه با ریزوم خشبی و خزنده است. ساقه‌ها علفی و برگ‌ها متناوب و باریک و میوه نیام سبزرنگ است. این گیاه در کنارهٔ جنگل‌ها و جاده‌ها خصوصاً در نقاط خشک می‌روید و آن را به عنوان گیاه تزیینی می‌کارند. برگ‌ها و گل‌های آن ماده زردرنگی دارند که از آن در قدیم برای رنگ کردن نخ و پشم استفاده می‌شد. این گیاه به عنوان مسهل، مدر و آرام‌کننده نقرس نیز به کار می‌رود.

سرشاخه‌های این گیاه را جمع‌آوری نموده روی سبد در سایه و در جریان هوا خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی نوعی آلکالوئید، سیتی‌زین[2]، مواد رنگی ژنیستئین[3] و لوتئولین[4] هستند، قویاً مدر بوده برای حل سنگ‌های کلیوی و ادراری به کار می‌روند. همچنین از این گیاه علیه بیماری‌های قلبی و برای تقویت قلب و بالا بردن فشار شریانی، تقویت دیوارهٔ وریدها و تسریع عمل تصفیهٔ خون در کلیه‌ها استفاده می‌شود. این گیاه همچنین اثر مثبتی روی مبادلات متابولیک دارد و در عین حال ملین نیز هست. مقدار مصرف آن به شکل دم‌کرده یک قاشق مرباخوری در هر فنجان است که ۱ تا ۲ بار در روز مصرف می‌شود. این دم‌کرده تنفس را عمیق کرده دردهای روماتیسمی، کمر و باسن را تسکین می‌بخشد.

استفاده از تنطور این گیاه امروزه به طور کلی کنار گذاشته شده است.

1. Herbe - à - jaunir
2. Cytisine
3. Genistéine
4. Lutéoline

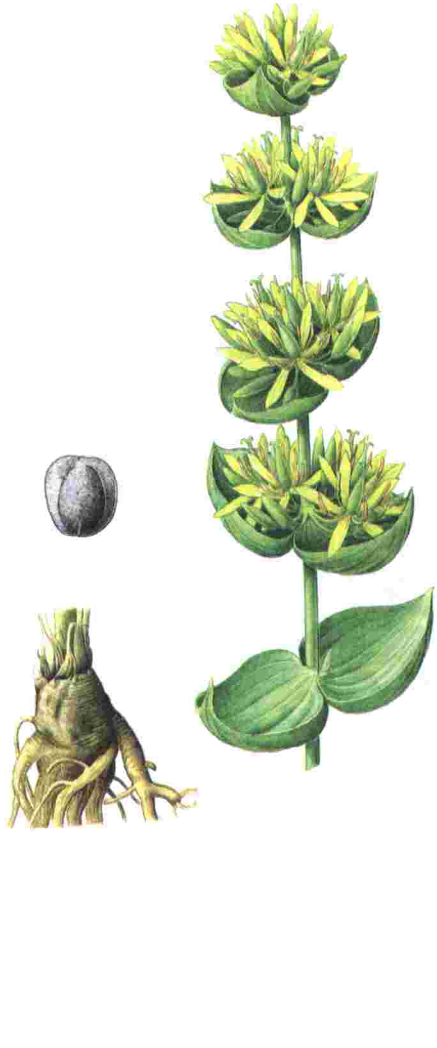
جنتیان زرد[1]

Gentiana lutea L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: ریشه‌ها: مهر ـ آبان

(تیرهٔ جنتیاناسه)؛ گیاهی پایا، با ریشه‌ای کلفت است. برگ‌های آن دوکی‌شکل و گسترده در سطح زمین هستند و پس از گذشت ۴ تا ۸ سال ساقه‌ای توخالی با برگ‌های بی‌دم و متقابل از وسط آن ظاهر می‌شود و از بغل برگ‌های فوقانی مجموعه‌ای از گل‌های زرد می‌روید. میوهٔ آن به صورت کپسول‌هایی است که محتوی دانه‌های بالداری هستند. موطن اصلی این گیاه کارپات بوده و به طور کمیاب در آسیا و اروپا دیده می‌شود. این گیاه در بسیاری از کشورها تحت حفاظت قرار دارد و برای نیازهای دارویی باید آن را کشت نمود.



برای مصارف دارویی ریشهٔ آن دسته از گیاهان را که نسبتاً پیر شده و به گل نشسته‌اند جمع‌آوری می‌کنند. ریشه‌ها را به سرعت پاک نموده بدون اتلاف وقت در خشک‌کن با حداکثر ۶۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. البته برای این که از تخمیر آن جلوگیری شود ریشه‌ها را در اندازه‌های کوتاه می‌برند تا پس از خشک شدن ریشه به رنگ زرد باقی بماند. آن‌ها محتوی عصاره‌های تلخ مشتق از گلوکوزیدها که ماده اصلی آن‌ها ژنتیوپیکرین[2] است، نوعی گلوکوزید آماروژنتین[3]، آلکالوئیدها، اکسانتان‌ها[4] و قند هستند. طعم آن‌ها کاملاً تلخ است و برای تحریک شیرهٔ معده از آن‌ها استفاده می‌کنند. این گیاه همچنین برای تقویت کبد، کیسه صفرا و دیگر اعضای بدن مناسب است. آن را حداقل نیم ساعت قبل از غذا به شکل قطره یا به صورت پودر تا یک گرم برای تقویت معده یا به شکل جوشانده و حتی دم‌کرده صرف می‌کنند. در صورت مصرف مقدار زیاد آن باعث سردرد می‌شود.

ریشهٔ تخمیر شدهٔ آن در صنایع غذایی و در تهیه لیکورهای تلخ کاربرد دارد. برای این کار آن را به آهستگی خشک می‌کنند که در نتیجه رنگ آن قهوه‌ای متمایل به قرمز می‌شود.

1. Gentiane jaune
2. Gentiopicrine
3. Amarogen tiine
4. Xanthanes

شمعدانی وحشی [1]

Geranium robertianum L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مهر

زمان برداشت: سرشاخه: اردیبهشت تا مهر



(تیرهٔ شمعدانی)؛ گیاهی علفی، یکساله تا دوساله، با ساقه‌ای پرزدار و منشعب است. برگ‌های متناوب و مرکب آن سه برگچه‌ای و در انتهای دمبرگ‌ها به شکل بادکرده است. گل‌های آن به رنگ قرمز مایل به بنفش است و دمگل‌های بلندی دارد و اغلب به صورت دوتایی به شکل شمعدانی دیده می‌شود. وقتی که دوران گل دادن گیاه تمام شد، جایش را به میوه‌های شکوفایی می‌دهد که دارای شکل منقار مانند است. تمام گیاه کاملاً پوشیده از پرز و به رنگ متمایل به قرمز است. در صورت له کردن آن بوی ناخوشایندی از آن متصاعد می‌شود. این گیاه در تمام دنیا خصوصاً در حاشیه مزارع و جنگل‌ها می‌روید.

ساقهٔ برگدار آن را هنگامی که گل می‌کند ترجیحاً با دستکش می‌چینند، زیرا شیرهٔ آن تاول‌زاست، سپس آن‌ها را در سایه و در کوران هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این گیاه محتوی اسانس‌های روغنی، نوعی ماده تلخ، تانن و ژرانئین [2] است. این گیاه مدر و قابض است و جلوی خونریزی را نیز می‌گیرد. (نظیر خونریزی ریه‌ها و بینی) و برای درمان اسهال‌های سخت به‌کار می‌رود. همچنین از آن در درمان سنگ‌های مجاری ادرار و کلیه‌ها (که باعث حل شدن آن‌ها می‌شود) استفاده می‌گردد. خیساندهٔ آن را به مقدار ۲ قاشق مرباخوری که ۸ ساعت در آب سرد خیس خورده باشد در روز مصرف می‌کنند. برای درمان بیماری‌های پوستی از قبیل درمیت، اگزمای عفونی، اولسرها و ورم‌های مختلف نیز از این گیاه سود می‌برند. در کمپرس‌ها و تهیه مرهم نیز از آن استفاده می‌شود. جوشانده آن غرغرهٔ خوبی برای مداوای آنژین است.

1. Herbe à robert 2. Geraniine

مبارکه معمولی[1]

Geum urbanum L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: ریزوم: مهر ـ آبان



(تیرهٔ گلسرخ)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزومی کلفت (شکل پایین سمت راست) و ساقه‌ای منشعب است. برگ‌ها و گوشوارک‌ها متناوب و سه‌تایی هستند. گل‌های زرد آن به طور منفرد در انتهای شاخه‌ها قرار دارند. میوهٔ آن نیز فندقه و پوشیده از برآمدگی‌های خمیده است. تمام گیاه دارای پرز است. این گیاه در اراضی سبک، کنار دیواره‌ها و حصارها به‌وفور یافت می‌شود و از دوران قدیم به عنوان داروی مفیدی برای ناراحتی‌های سینه به کار می‌رفته است.

ریزوم این گیاه را پس از جمع‌آوری کاملاً می‌شویند و قسمت‌های سبز آن را می‌گیرند و سپس در حرارت ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. پس از خشک کردن آن‌ها را در پاکت‌های سربسته و در محلی خشک نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی تانن، مواد تلخ، اسانس روغنی و نوعی ماده رنگی هستند. از این گیاه در کاتاره معده ـ روده‌ای برای توقف اسهال‌های شدید، قولنج‌های روده‌ای و خونریزی‌های داخلی استفاده می‌کنند. مقدار مصرف آن به صورت پودر، ۱ تا ۲ گرم و به صورت جوشانده به مقدار ۲ قاشق مرباخوری در هر فنجان آب و چند بار در روز است. همچنین این گیاه در ترکیبات شربت‌های تقویت‌کننده وارد شده و در مصارف خارجی از آن برای تهیه غرغره علیه ورم دهان، خونریزی لثه‌ها، ساییدگی عاج دندان و رفع بوی بد دهان استفاده می‌شود. شستشو و کمپرس این گیاه در درمان بواسیر و بیماری‌های پوستی نیز مؤثر است.

1. Benoîte commune

پاپیتال زمینی[1]

Glechoma hederacea L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا تیر

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت تا تیر



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی است، پایا، با ساقه‌ای خزنده و ریشه‌دار. ساقهٔ آن پوشیده از برگ‌های متقابل، گرد یا قلوه‌ای شکل است. از بغل برگ‌ها گل‌های متمایل به آبی و به تعداد فرد ظاهر می‌شوند. میوهٔ آن فندقه و چهارقسمتی است. این گیاه به شکل خودرو در چمنزارها در کنار حصارها و میان خار و خاشاک و در خرابه‌ها می‌روید. خواص دارویی این گیاه از قرن دوازدهم شناخته شده و به عنوان تب‌بر و نافع سینه به کار می‌رفته است.

برای مصارف دارویی تمام ساقهٔ گلدار جوانه‌های سالم، تمیز و بدون انگل را جمع‌آوری کرده در لایه‌های نازک در سایه در حرارتی برابر با ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. قسمت‌های محرکهٔ آن خصوصاً محتوی مواد تلخ (گلشونین[2]) و اسانس‌های روغنی و همچنین تانن، ساپونین و نمک‌های پتاس است. این گیاه امروز تا حدی به دست فراموشی سپرده شده است و بعضی مواقع در کاتاره معده ـ روده‌ای، اسهال و ناراحتی‌های اعضاءِ دفع‌کننده به کار می‌رود. این گیاه همچنین دارای اثر نرم‌کننده، خلط‌آور و نافع برای سینه درد، ضد آسم و محرک اشتهاست و مبادلات متابولیکی را بهبود می‌بخشد. دم‌کردهٔ آن را به مقدار ۳درصد روزانه ۲ تا ۳ فنجان مصرف می‌کنند. ساقهٔ تازه این گیاه نیز دارای همین اثرات است و از آن در تهیه سالاد و سوپ و در بعضی مواقع از عصارهٔ آن استفاده می‌کنند. از این گیاه در غرغره‌ها و شستشوی زخم‌ها و بیماری‌های پوستی استفاده می‌گردد.

1. Lierre terrestre 2. Gléchonine

سویا[1]

Glycine max (L.) MERR

دوران گل‌دهی: تیر تا مرداد

زمان برداشت: دانه‌ها: مرداد تا شهریور



(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی یکساله و پرورشی، با ساقه‌ای راست، پرزدار و برگ‌های مرکب سه برگچه‌ای است. گل‌های سفید و بنفش آن به صورت دسته‌ای از بغل برگ‌ها می‌روید. میوهٔ آن نیام و رنگ دانه‌های آن بر حسب نوع آن متغیر است. این گیاه فقط در مناطق گرمسیری که امکان کشت ذرت و مو در آن‌جا باشد، به مرحلهٔ رشد کامل می‌رسد.

دانه‌های آن را وقتی که کاملاً رسید به طریق مکانیکی جمع‌آوری و خرمن می‌کنند. خشک و پاک کردن دانه‌ها نیز به‌وسیله ماشین انجام می‌گیرد. دانه‌های سویا دارای مواد غذایی مهمی از قبیل آلبومین‌ها، مواد چربی، هیدرات‌های کربن، لسیتین[2]، ویتامین‌ها و نمک‌های معدنی هستند. این گیاه دارای ارزش استثنایی برای انسان‌ها خصوصاً کودکان و مبتلایان به دیابت است. از مدت‌ها پیش ثابت شده است که مواد غذایی که از آرد یا روغن سویا تهیه شده باشند، مقدار کلسترول خون را پایین می‌آورند و بنابراین اثر ضد اسکلروتیکی پیشگیرانه‌ای دارد، ضمناً خون را به صورت سیال‌تری درآورده خطر انفارکتوس را کاهش می‌دهد. در صنایع داروسازی به خاطر لیپیدهای موجود در سویا از آن به عنوان دانه روغن‌دار و لسیتین استفاده می‌شود.

سویا گیاهی صنعتی نیز شمرده می‌شود و از آن سزائین[3]، چسب و مواد پلاستیکی تهیه می‌شود. روغن آن در ترکیبات لاک‌ها، صابون‌ها و لوازم آرایشی به کار می‌رود.

1. Soja 2. Lécithine 3. Ceséine

شیرین بیان[1]

Glycyrrhiza glabra L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا تیر

زمان برداشت: ریشه‌ها : مهر ـ آبان



(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریشه‌ای خشبی و خزنده است. ساقه راست و شاخه‌دار آن دارای برگ‌های متناوب تک‌شانه‌ای است. گل‌های آن به رنگ آبی متمایل به بنفش و به صورت خوشه‌ای است که روی یک پایه از کنار برگ‌ها می‌روید و میوهٔ آن نیام است. این گیاه خیلی زود به محیط خود خو می‌گیرد.

در صنایع دارویی و غذایی ریشه و جوانه‌های زیر خاک این گیاه مورد استفاده قرار می‌گیرد. این قسمت‌ها را در سال سوم هنگامی که گیاه برگ‌های خود را از دست داده و زرد شده از خاک بیرون می‌آورند. ریشه‌ها را می‌شویند و قسمت‌های سبز آن را قطع نموده پس از خرد کردن در حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. رنگ آن زرد گوگردی و مزه‌اش شیرین است. ریشه محتوی گلوکوزیدهای گروه فلاون‌ها، ساپونین‌ها، اسانس روغنی، تانن‌ها و آنزیم‌هاست. از آن به شکل خرد شده (در دم‌کرده‌ها) و ساییده در داروها استفاده می‌گردد. برای به دست آوردن عصاره شیرین بیان که از آن پاستیل‌های خیلی شیرینی تهیه می‌شود، ریشه گیاه را با آب می‌جوشانند. شیرین بیان خواص خلط‌آور، ملین ضعیف و آرامبخش دارد. از این گیاه علیه اولسرهای معده ـ روده‌ای استفاده می‌شود. عصارهٔ آن به صورت تبخیر، تصفیه و تغلیظ شده و به وفور در فارماکولوژی به خاطر طعم و قدرت انعطاف‌پذیری آن در قرص‌ها به‌کار می‌رود.

پودر شیرین‌بیان، رازیانه و برگ‌های سنا ملیّن بسیار خوبی تشکیل می‌دهند.

1. Reglisse

گراتیول[1]

Gratiola officinalis L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا تیر

✝ زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت تا تیر



(تیرهٔ گل میمون)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزومی کلافی و انبوه، ساقه‌های بالارونده همراه با برگ‌های بی‌دم، متناوب و سرنیزه‌ای شکل است. از بغل برگ‌ها گل‌های ریزی به رنگ سفید یا صورتی به طور جدا از هم می‌رویند. میوهٔ آن به صورت کپسول است. تمام قسمت‌های گیاه سمی است و در آسیا، اروپا و امریکا در کنار رودخانه‌ها، جنگل‌ها، مرغزارهای مرطوب و مراتع می‌روید. در قدیم از آن برای درمان ناراحتی‌های کبد و به عنوان ملین استفاده می‌کردند. نام ژنریک آن از گراتیا[2] یعنی مرحمت و لطف و تشکر (به خدایان) گرفته شده است.

سرشاخه‌های آن را در قسمت‌های فوقانی گیاه جمع‌آوری نموده سپس در لایه‌های نازک در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. سرشاخه‌های خشک شده بدون بو، ولی دارای طعم تلخی هستند. آن‌ها محتوی نوعی گلوکوزید، گراتیولین[3] (۱۵ درصد) و نوعی اسانس روغنی همراه با ترپن[4] و گراتیولون[5] هستند که مقوی قلب بوده فشار خون را پایین می‌آورند. این گیاه ملین قوی، دافع انگل و مدر نیز هست. مصرف این گیاه باید منحصراً تحت نظر پزشک صورت بگیرد، زیرا مصرف طولانی آن باعث ایجاد ناراحتی در چشم می‌شود.

شیرگاوهایی که گراتیول خورده باشند سمی است. تنطور گراتیول مصرف خارجی دارد و برای درمان اولسر پاها و تحریکات پوستی به کار می‌رود. عصارهٔ تازه آن برای نرم کردن پوست مصرف می‌شود.

1. Gratiole
2. Gratia
3. Gratioline
4. Terpene
5. Gratiolone

پاپیتال[1]

Hedera helix L.

دوران گل‌دهی: شهریور تا آبان

✝ زمان برداشت: برگ‌ها : فروردین و مرداد



(تیرهٔ آرالیاسه)؛ گیاهی بالارونده با برگ‌های همیشه سبز است. برگ‌های آن متناوب قلبی‌شکل یا پنجه‌ای است. این گیاه بر حسب عقیم یا بارور بودن شاخه‌ها دارای انواعی مختلفی است. در انتهای شاخه‌های بارور خوشه‌ای از گل‌های زرد می‌روید که پس از رسیدن به میوه‌ای سته و آبی رنگ تبدیل می‌شوند. تمام قسمت‌های گیاه کمی سمی است. این گیاه به شکل خودرو روی صخره‌های جنگلی و روی دیوارها می‌روید. اغلب آن را به عنوان گیاهی تزیینی می‌کارند و چند نوع پرورشی از آن وجود دارد.

جهت مصرف دارویی برگ‌های آن را با دست می‌چینند و در لایه‌های نازک در آفتاب و در جایی که هوا جریان داشته باشد خشک می‌کنند. پس از خشک شدن باید رنگ تیره و طعم تلخ خود را حفظ کنند. این برگ‌ها محتوی تانن‌ها، ساپونین‌ها، نوعی گلوکوزید، هدرین[2]، اسیدهای آلی و ید است. این مواد روی فعالیت قلب و قابلیت نفوذپذیری وریدها تأثیر می‌گذارد و در صورت مصرف به مقدار کم عروق راگشاد می‌کند. مصرف آن به مقدار زیاد منقبض‌کننده است و ضربان قلب را کند می‌کند. این گیاه باید تحت نظر پزشک مصرف شود. جوشانده آن در تسکین ورم مجاری تنفسی مؤثر است، سرفه را آرام می‌کند و به عنوان کمک درمانی در بیماری‌های ریوی به کار می‌رود. این گیاه همچنین فعالیت کبد و کیسه صفرا را تحریک می‌کند. خرد شدهٔ برگ‌های تازه یا جوشاندهٔ آن در کمپرس زخم‌هایی که به سختی خوب می‌شوند به کار می‌رود. برگ‌های خردشده را برای ازبین‌بردن پوست‌های مردهٔ کف پا استفاده می‌کنند. این گیاه در عین حال ممکن است باعث تحریک و آسیب پوست‌های حساس شود.

1. Lierre grimpant 2. Hédérine

آفتابگردان[1]

Helianthus annuus L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مهر

زمان برداشت: دانه‌ها: مرداد تا آبان. نهنج‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی، سالانه، با ساقه‌ای بلند، راست و گاهی شاخه‌دار است. این گیاه را برای استفاده‌های روغنی، علوفه‌ای و تزیینی در تمام دنیا می‌کارند. موطن اصلی آن امریکای شمالی است. قسمت‌های پایینی ساقه کاملاً پوشیده از برگ‌های بزرگ شبیه به قلب است و در انتهای ساقه نهنج بزرگ گل با گلبرگ‌های زبانه‌ای در کنار و لوله‌ای در وسط ظاهر می‌شود. میوهٔ این گیاه فندقه است. دانه‌های این گیاه به خاطر روغن موجود در آن دارای ارزش دارویی است. این روغن محتوی گلیسریدهای اسیدهای چرب اشباع نشده از قبیل لینولئیک و اولئیک[2] (حدود ۴۵ درصد) و اشباع شده از قبیل پالمیتیک و آراشیدیک[3] (حدود ۴ درصد) است. روغنی که در داروسازی از آن استفاده می‌گردد منحصراً تحت فشار و به طور سرد از میوهٔ خرد شدهٔ این گیاه به دست می‌آید. روغن آفتابگردان را به عنوان ماده غذایی و ماده آنتی اسکلروتیک به کار می‌برند که اثر خوبی روی رشد اعضای بدن کودکان دارد. در داروسازی برای تهیه مرهم‌ها و خمیرهایی از قبیل دیاشیلون[4] (که مرهمی آمونیاکی است) و مرهم‌های الکلی با صابون که علیه دردهای روماتیسمی به کار می‌رود از این روغن استفاده می‌شود.

بعضی مواقع تمامی نهنج را به صورت پودر یا در دم‌کرده علیه ورم مجاری فوقانی تنفسی، مدر، علیه گازهای معده و اسهال به کار می‌برند. این گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Hélianthe, tournesol
2. Linoléique, oléique
3. Palmitique, Arachidique
4. Diachylon

خربق سیاه[1]

Helleborus niger L.

دوران گل‌دهی: اسفند ـ فروردین

✝ زمان برداشت: ریزوم و ریشه‌ها: فروردین



(تیرهٔ الاله)؛ گیاهی علفی، با ریزومی کلفت و سیاه و ریشه‌ای قوی و درهم است. از ریزوم آن برگ‌های پایه‌دار همیشه سبزی به صورت خوشه‌های کوتاه که معمولاً در انتهای آن‌ها یک گل سفید قرار دارد می‌رویند. این گیاه در زمستان و در اوایل بهار می‌روید. میوهٔ آن به صورت کیسه‌ای محتوی دانه‌های سیاه است. تمام قسمت‌های گیاه شدیداً سمی است. این گیاه در طبیعت نسبتاً نایاب است و در مناطق آهکی رشد می‌کند. اغلب آن را در باغ‌ها به عنوان گیاهی زینتی می‌کارند.

برای مصارف طبی ریزوم و ریشه‌های مجاور آن را جمع‌آوری می‌کنند و پس از تمیز کردن، قسمت‌های سبز آن را می‌برند و در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. خشک شدهٔ آن دارای طعم تلخ و تندی است و محتوی گلوکوزیدهای سمی (هلبورین، هلبرین و هلبورئین)[2] است، که شدیداً روی ضربان قلب اثر می‌گذارد. به علت سمی بودن و مقدار متغیر مواد مؤثره موجود در آن نمی‌توان آن را به طور مستقیم مصرف نمود، بلکه در پمادها و به مقدار کاملاً مشخص که پزشک آن را تعیین می‌کند، استفاده می‌شود. گلوکوزیدهای هلبور روی سیستم اعصاب مرکزی نیز اثر می‌گذارد و از آن در درمان بعضی از بیماری‌های عصبی استفاده می‌شود. این گیاه در عین حال قویاً مدر و ملین است.

هلبور را در دامپزشکی برای درمان ناراحتی‌های هاضمه حیوانات و علیه حشرات انگلی به کار می‌برند.

1. Hellébore noir

2. Helleborine, Hellébrine, Hellé boréine

هپاتیک[1]

Hepatica nobilis SCHREB.

دوران گل‌دهی: فروردین ـ اردیبهشت

زمان برداشت: برگ‌ها: اردیبهشت تا اواخر خرداد



(تیرهٔ آلاله)؛ گیاهی علفی پایا با ریزوم کوتاه و پوسته پوسته است که در وهله اول گل‌های آبی‌رنگی (به ندرت صورتی یا سفید) از آن می‌روید و پس از آن هنگامی که گل‌ها پژمرده شدند برگ‌های صاف و سه لوبی از آن می‌روید. این برگ تا اندازه‌ای شبیه به کبد است و به همین سبب نام هپار یعنی کبد را به این گیاه داده‌اند. میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در نقاط پوشیدهٔ جنگل‌ها، بیشه‌زارها و در میان خار و خاشاک در مناطق معتدل و محل‌های مرطوب در دشت و کوه می‌روید. این گیاه در بعضی کشورها جزو گیاهان مورد حفاظت اعلام شده است.

برای مصارف دارویی برگ‌های آن را با دقت و طوری می‌چینند که گیاه خشک نشود. سپس برگ‌ها را در سایه و در محلی که هوا جریان داشته باشد، خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی ساپونین‌ها، تانن‌ها و نوعی گلوکوزید به نام هپاتریلوبین[2] هستند. برگ‌ها روی کار سیستم مترشحه اثر می‌گذارند، سنگ کیسه صفرا را حل می‌کنند و شدیداً مدر هستند. در طب مردمی مصرف آن علیه قولنج‌های صفراوی و کبدی معمول است. مقدار ۲ گرم از برگ خشک شده را در یک فنجان آب می‌ریزند و می‌جوشانند و روزانه ۲ تا ۳ فنجان از آن مصرف می‌کنند. خیساندهٔ سرد آن را به مدت ۸ ساعت (۴ قاشق مرباخوری برای نیم لیتر آب) می‌خیسانند که همان اثر را دارد. استفاده از این گیاه باید تحت نظر پزشک انجام شود. جوشاندهٔ برگ‌های خشک آن در صورت ورم مخاط حفرهٔ دهان یا خونریزی لثه‌ها به صورت غرغره به کار می‌رود.

هپاتیک اغلب در سنگلاخ‌ها کاشته می‌شود و گرده زیادی تولید می‌کند، ولی شهد کمی دارد.

1. Hépatique 2. Hépatriolobine

گیاه فتق[1]

Herniaria glabra L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ میخک)؛ گیاهی علفی یکساله و به ندرت پایاست. ساقهٔ آن پرشاخه و خزنده است. برگ‌های کوچک و بیضی‌شکل آن بی‌پایه است و از بغل آن‌ها خوشه گل‌های ریز سفیدرنگی می‌روید. میوهٔ آن به صورت کپسول و محتوی دانه‌های قهوه‌ای تیره است. موطن اصلی این گیاه آسیا و اروپاست و روی زمین‌های ضعیف و شنی در طول جاده‌ها و جویبارها می‌روید. در قدیم برای درمان مجاری ادرار و فتق آن را به کار می‌بردند که به همین دلیل آن را گیاه فتق نامیده‌اند.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را جمع‌آوری و به دقت پاک می‌کنند، سپس در لایه‌های نازک در سایه و در جریان هوا برای خشک شدن پهن می‌کنند. درجه حرارت نباید از ۳۵ درجه سانتیگراد تجاوز کند. پس از خشک شدن آن‌ها را در محلی خشک و به دور از نور نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی نوعی ساپونین به نام تری‌ترپنوئید[2] است که به اسید کیلائیک[3] و قندهای ساده تجزیه می‌گردد. ساقه‌های گیاه فتق حاوی ساپونین‌ها هستند که به اسید گالاکتونیک، گلوکوز و دیگر قندها تجزیه می‌شوند. این دو گونه دارای گلوکوزیدهای مشابه روتین کومارین و هرنیارین[4] هستند. آن‌ها قویاً مدر، دفع‌کننده عفونت و آرامبخش ضعیفی هستند. این گیاه در درمان ورم مجاری ادرار، کلیه‌ها و کیسه صفرا بسیار مؤثرند. از آن‌ها جهت پیشگیری از تشکیل سنگ کلیه و مثانه استفاده می‌شود.

1. Turquette
2. Triterpenoïde
3. Quillaïque
4. Herniarine

سنجد تلخ[1]

Hippophaë rhamnoides L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: میوه‌ها: اردیبهشت تا آبان



(تیرهٔ سنجد)؛ درخت یا درختچه‌ای با شاخه‌های خاکستری، تیغدار و برگ‌های متناوب و سرنیزه‌ای است. این گیاه دوجنسی است و گل‌های نر آن به صورت خوشه‌ای از بغل برگ‌ها، و گل‌های ماده در خوشه‌های کوتاه می‌رویند. میوه‌ها سته، بیضی‌شکل و به رنگ پرتقالی هستند. این گیاه در کناره‌های خشک و آفتابگیر می‌روید. و آن را به عنوان گیاهی تزیینی در باغ‌ها و پارک‌ها می‌کارند. در یونان قدیم جهت علوفه برای اسب‌ها از آن استفاده می‌شد و مصرف آن موی اسب را درخشان می‌کرد. نام علمی آن یعنی هیپوسی‌فاد[2] (اسب درخشان) از این خاصیت گرفته شده است.

میوه‌های آن را با دستکش می‌چینند و در صورتی که مقدار آن زیاد باشد این کار را با دستگاه انجام می‌دهند. میوهٔ آن را به صورت تازه با حرارتی ملایم و بدون تماس با وسایل فلزی به صورت شربت، مربا یا مارمالاد درست می‌کنند. میوهٔ آن و موادی که از این میوه تهیه می‌شود ترش‌مزه و کمی گس است. آن‌ها محتوی اسیدهای آلی، تانن‌ها، نوعی گلوکوزید به نام کرِستین[3] و مقدار زیادی ویتامین‌های A، C، E، F و P است و به همین دلیل در صورت کمبود ویتامین در بدن یا برای پیشگیری و حفاظت بدن در برابر عفونت‌های احتمالی خصوصاً در اواخر زمستان یا در دوران نقاهت استفاده می‌گردد. ۵ تا ۱۰ گرم از مارمالاد آن باید صرف شود. مواد مؤثره در این گیاه دید چشم را تقویت نموده، آنتی‌اسکلروتیک بوده، روند پیری را کند نموده، مقاومت بدن را در برابر تشعشعات بالا می‌برد.

1. Argousier
2. Hippos phads
3. Quercetine

رازک[1]

Humulus lupulus L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: مخروط‌ها : مرداد تا مهر



(تیره توت)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریشه‌ای عمیق و منشعب و ساقه‌ای بلند و پیچنده است. ساقه آن گوشه‌های برجسته دارد و برگ‌های آن متقابل و پنجه‌ای است. گیاه دو پایه است، گل‌های نر به صورت خوشه از بغل برگ‌ها می‌روید و به طرف پایین آویزان می‌شود و گل‌های ماده به شکل مخروط‌های بیضی‌شکل و مجتمع است. میوه فندقه و تمام گیاه پوشیده از پرزهای زبر است. رازک به طور خودرو در حواشی جنگل‌ها و کنار رودخانه‌ها می‌روید. پایه‌های مادهٔ رازک که در مزارع کاشته می‌شوند چندین سال عمر می‌کنند و گاهی متجاوز از ۳۰ سال نیز دوام می‌آورند. برای مصارف درمانی هم تخمدان‌ها و هم مخروط‌ها را با دست یا دستگاه می‌چینند و مورد استفاده قرار می‌دهند .آن‌ها را در خشک کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. با الک کردن مخروط‌ها غده‌های کوچکی که سطح آن‌ها را پوشانده‌اند جدا می‌شوند. آن‌ها محتوی لوپولین، نوعی گرد معطر و طعم تلخی هستند. آن‌ها را باید به دور از نور در ظروف قهوه‌ای رنگ دربسته حداکثر به مدت یک سال نگهداری کرد. آن‌ها رزینی سرشار از مواد تلخ (هومولون، لوپولون)[2] و نوعی اسانس روغنی دارند. این مواد روی سیستم اعصاب اثر آرامبخش دارند. دم‌کرده رازک را در صورت تحریکات، بی‌خوابی‌ها و همچنین به عنوان آرام‌کننده تمایلات جنسی به کار می‌برند. عصاره تلخ آن اشتهاآور، محرک ترشحات معده و تنظیم‌کننده جهاز هاضمه (تقویت معده) است. این گیاه مدر قوی و ضدعفونی‌کننده نیز هست. دم‌کرده آن را به مقدار یک قاشق مرباخوری از مخروط‌های این گیاه در یک لیوان آب تهیه می‌کنند که قبل از خوابیدن باید نوشیده شود.

1. Houblon

2. Humulone, Lupulone

بزرالبنج (بنگ‌دانه)[1]

Hyoscyamus niger L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

✝ زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد تا مرداد، دانه‌ها : شهریور

(تیرهٔ سیب‌زمینی)؛ گیاهی یکساله تا دوساله، با ساقه‌ای راست و برگ‌های متناوب، دندانه‌دار و چسبناک است. از بغل این برگ‌ها گل‌های خاکستری متمایل به زردی با رگه‌های بنفش می‌روید. میوهٔ آن به صورت کپسولی پر از دانه‌های قهوه‌ای‌رنگ است. تمام گیاه پوشیده از پرز وکرک و بسیار سمی است. احتمالاً موطن اصلی این گیاه حوزه مدیترانه بوده، ولی امروزه در همه نقاط اروپا و آسیا به طور خودرو در خرابه‌ها، زمین‌های بکر و کشتزارها می‌روید. در قدیم از آن به عنوان گیاهی جادویی و خواب‌آور استفاده می‌شد.

برای مصارف دارویی برگ‌ها و حتی ساقه‌های برگدار و دانه‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. برگ‌ها را هنگامی که گیاه گل داده و حداکثر رشد خود را نموده است به طور تدریجی جمع‌آوری کرده، سپس در لایه‌های نازک در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. پس از خشک شدن گیاه دارای عطری تخدیرکننده است و باید در پاکت‌های دربسته نگهداری شود. گیاه محتوی آلکالوئیدهای سمی از قبیل هیوسیامین، آتروپین، اسکوپولامین[2] است که (مثل رازک) روی سیستم اعصاب مرکزی (پاراسمپاتولیتیک)[3] اثر می‌کنند. به علت سمی بون شدید این گیاه در طب مردمی از آن استفاده نمی‌شود. در صنایع داروسازی داروهای ضد آسم، آرامبخش، ترمیم‌کننده سیستم اعصاب و تسکین‌دهندهٔ ناراحتی‌های سالخوردگی از آن تهیه می‌گردد. از ترکیبات مختلف حتی روغن این گیاه در مرهم‌ها و پمادها برای تسکین دردهای روماتیسمی (فقط طبق دستور پزشک) استفاده می‌شود.



1. Jusquiame noire
2. Hyoscyamine , Atropine , Scopolamine
3. Parasympatholytique

گل راعی (هوفاریقون)[1]

Hypericum perforatum L.

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: تیر ـ مرداد



(تیرهٔ گل راعی)؛ گیاهی پایاست که در نقاط خشک، مرغزارها و مراتع آفتابگیر می‌روید. گل‌های فراوان آن به رنگ زرد طلایی در اواسط تابستان شکفته می‌شود. این گیاه را می‌توان از فراوانی شاخه‌های راست آن و برگ‌های متناوب و بی‌پایه و لکه‌های قرمز شفافی که روی برگ‌هایش قرار دارد شناسایی نمود. میوهٔ آن به شکل کپسول است. این گیاه در آسیا و اروپا فراوان است.

سرشاخه‌های آن را هنگامی که گیاه گل کرده است در یک روز آفتابی می‌چینند و سپس در سایه و در محلی که هوا جریان داشته باشد، پهن می‌کنند یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی تانن‌ها (تا ۱۶ درصد)، نوعی فلاونوئید، هیپریسین[2]، گلوکوزیدها از قبیل روتین، هیپرین، کاتشل پفلاویت[3] (ویتامین P). این گیاه مسکن و مسهل صفرا (ترشحات کیسه‌صفرا) است. اثرات ضدتورمی آن در ورم‌های مزمن معده، کبد، کیسه‌صفرا و کلیه‌ها شناخته شده است. این گیاه همچنین در درمان عفونت‌های دستگاه تناسلی زنانه مؤثر است. جوشانده یا دم‌کرده‌ای به مقدار ۱ تا ۲ گرم برای $\frac{۱}{۴}$ تا یک لیتر آب تهیه می‌شود که در طول روز آن را می‌آشامند. روغن این گیاه را با خیساندن سرشاخه‌های گلدار آن در روغن زیتون یا آفتابگردان به دست می‌آورند. ظرف محتوی آن‌ها را ۱۵ روز در آفتاب می‌گذارند و گه‌گاهی آن را تکان می‌دهند. این روغن را علیه سوختگی‌ها، آفتاب سوختگی و بواسیر به کار می‌برند. مصرف بیش از حد تولیداتی که از این گیاه به دست می‌آید ممکن است باعث ایجاد نوعی حساسیت شود که تحت تأثیر نور خورشید شدت می‌یابد (حساسیت نوری).

شکل بالا نشان دهندهٔ ساقه‌های هوفاریقون پرفوراتو (سمت چپ) و هوفاریقون تتراپتروم[4] می‌باشد.

1. Millepertuis officinal
2. Hypéricine
3. Hypérin, catéohol Péflavite
4. Hypericum tetrapterum

زوفا[1]

Hyssopus officinalis L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا شهریور



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی است بوته‌ای که قسمت پایین آن چوبی وساقه‌های آن علفی است. طول آن به پنجاه سانتیمتر می‌رسد. برگ‌های آن باریک و ساقهٔ آن چهارگوش است. از بغل برگ‌های فوقانی گل‌های آبی رنگی می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و چهارقسمتی است. این گیاه در مناطق مدیترانه‌ای یافت می‌شود. در قدیم آن را در باغ‌ها می‌کاشتند و برای درمان ناراحتی‌های معده و سینه به‌کار می‌بردند. امروزه آن را برای مصارف دارویی می‌کارند.

در اوایل گل دادن گیاه سرشاخه‌های آن را از قسمت‌های نرم فوقانی ساقه می‌چینند. گیاه خود را سریعاً ترمیم می‌کند و به همین دلیل می‌توان ۲ تا ۳ بار در سال از آن برداشت نمود. سرشاخه‌ها را در محلی خشک و سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. سپس در ظروفی دربسته و در جایی خشک نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی نوعی اسانس روغنی (دارای پینن، لیمونن و پینیسافن[2]) و همچنین مواد دیگری از قبیل نوعی گلوکوزید ـ فلاون، هسپریدین[3]، تانن‌ها و مواد دیگر هستند. از این گیاه در درمان ناراحتی‌های دستگاه تنفسی از قبیل مجاری تنفسی فوقانی، سرفه، سیاه سرفه، برونشیت، و آسم استفاده می‌گردد. دم‌کرده‌ای از این گیاه به مقدار ۲ قاشق مرباخوری در $\frac{۱}{۴}$ لیتر آب تهیه می‌کنند که هر ساعت با قاشق سوپخوری از آن می‌خورند. این دم‌کرده را در صورت تورم مجاری ادرار، کلیه‌ها و کیسه صفرا استفاده می‌کنند. این گیاه مثل مریم گلی اثر آرام‌کننده روی سیستم تعرق دارد. در صورت وجود تحریکات مصرف این گیاه توصیه نمی‌شود و اگر به مقدار زیاد خصوصاً به شکل اسانس روغنی مورد مصرف قرار گیرد، تشنج ایجاد می‌کند.

1. Hysope officinale

2. Limonéne, Pinécaphéne

3. Hespéridine

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: ریشه: شهریور تا آذر

زنجبیل شامی[1]

Inula helenium L.



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی پایا، با ریشه‌ای قوی و منشعب است. یک یا چند ساقه شاخه‌دار دارد که در انتهای آن‌ها نهنج گل‌های زرد رنگ می‌رویند. برگ‌های قسمتِ پایین ساقه به شکل بیضی است و دمبرگ دارد و برگ‌های روی ساقه به شکل سرنیزه‌ای و بی‌دم هستند. میوهٔ آن فندقه و کاکل‌دار است. موطن اصلی این گیاه آسیا بوده و به دلیل خواص طبی و تزیینی آن در تمام دنیا کشت می‌گردد. در حال حاضر برای مصارف طبی این گیاه در مزارع وسیع کشت می‌شود.

ریشه این گیاه را در پاییز پس از گذشت ۲ تا ۳ سال از کشتِ آن بیرون می‌آورند و کاملاً پاک می‌کنند. سپس قسمت‌های سبز آن را قطع نموده آن را به ۲ قسمت تقسیم می‌کنند و در حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این گیاه معطر تلخ مزه است. ریشهٔ آن محتوی اینُلین تا ۵۰ درصد، اسانس‌های روغنی و مواد تلخ است. از میان این مواد هلنین[2] که دافع انگل است در طب کودکان برای دفع کرمک و آسکاریس استفاده می‌گردد. دم‌کرده‌ای به مقدار ۱ تا ۲ قاشق مرباخوری از این ریشه را در نیم‌لیتر آب تهیه می‌کنند. این دم‌کرده خلط‌آور، مسهل صفرا و دافع انگل است. از ریشه آن اینولین به دست می‌آید که در درمان دیابت به‌کار می‌رود. اسانس روغنی که از ریشهٔ تازه آن به دست می‌آید ضد حشرات و انگل‌هاست. در مصارف خارجی از آن در تهیه غرغره‌ها، شستشوی زخم‌های کهنه، جوش‌ها، و لیخن‌ها استفاده می‌گردد. این گیاه عسل دهندهٔ خوبی است.

1. Aunée officinale

2. Helénine

زنبق معمولی[1]

Iris germanica L.

دوران گل‌دهی: خرداد

زمان برداشت: ریزوم: آبان ـ اسفند



(تیرهٔ زنبق)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزوم کلفت است. برگ‌های آن به شکل غلافی و ساقه آن بلند و دوشاخه است. در انتهای شاخه‌ها گل‌های بزرگ بنفش (یا سفید) رنگی می‌روید. میوه آن به صورت کپسول است. موطن اصلی این گیاه کشورهای حوزه مدیترانه است. آن را در پارک‌ها و باغ‌ها به عنوان گیاه تزیینی می‌کارند و از قدیم به دلیل خواص طبی آن (مثل مسهل صفرا، مدر بودن و قی‌آور بودن) مورد استفاده بوده است.

برای مصارف دارویی ریزوم گیاهانی را که ۳ تا ۴ سال عمر دارند، جمع‌آوری می‌کنند. پس از شستن ریشه‌ها و قطع کردن قسمت‌های سبز آن، آن‌ها را خرد می‌کنند و در حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت در لایه‌های نازک روی سبد پهن کرده یا به نخ کشیده خشک می‌کنند. در طول خشک کردن ریشه بوی بنفشه متصاعد می‌کند که به علت وجود ستن‌وایرون (ریشه بنفشه) است. این گیاه محتوی نوعی اسانس روغنی، نشاسته، لعاب و تانن‌هاست. از آن در درمان بیماری‌های کیسه صفرا و ورم مجاری تنفسی فوقانی استفاده می‌شود. دم‌کردهٔ آن به مقدار نصف قاشق مرباخوری در هر فنجان تهیه می‌شود. مقدار مصرف آن نباید از ۳ گرم در روز تجاوز نماید. در بسیاری موارد برای بهبود طعم و عطر بعضی از داروها از این گیاه استفاده می‌کنند.

از تقطیر ریزوم اسانسی به دست می‌آید که در عطرسازی و صنایع غذایی به کار می‌رود. دیگر انواع این گیاه یعنی زنبق پال (شکل پایین سمت راست) و فلامب سفید (شکل پایین سمت چپ) و خود زنبق معمولی از گیاهان دارویی هستند (در کدکس مصرف آن‌ها مجاز است).

1. Iris commun

گردو[1]

Juglans regia L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت

زمان برداشت: پوسته میوه: مرداد تا شهریور: برگ‌ها: خرداد ـ تیر



(تیرهٔ گردو)؛ پوست تنهٔ این درخت در حالت نهال، قهوه‌ای‌رنگ است و سپس با بالارفتن سن درخت رنگ آن خاکستری و سطح آن ترک ترک می‌شود. برگ‌ها تک‌شانه‌ای و معطر هستند. گل‌های نر آن شاتون و گل‌های ماده به شکل غنچه‌های انتهایی است این گیاه در بهار و قبل از روییدن برگ‌هایش گل می‌دهد. میوهٔ آن گوشتدار و یک هسته‌ای است که همه آن را می‌شناسند. موطن اصلی آن غرب آسیا و جنوب شرقی اروپاست. این درخت را در کوچه و باغ‌ها به عنوان درخت میوه و تزیین می‌کارند.

برای مصارف دارویی پوسته سبز میوهٔ آن را از روی گردوهای رسیده جمع‌آوری می‌کنند. سپس آن‌ها را در لایه‌های نازک در آفتاب یا در خشک‌کن تا زمانی که رنگ آن قهوه‌ای تیره شود (در این مدت دایم آن را از این رو به آن رو می‌کنند) خشک می‌کنند. برگچه‌های این گیاه را نیز با دست می‌چینند و به سرعت با پهن کردن روی سبد خشک می‌کنند. هر کدام از این قسمت‌ها محتوی نوعی تانن، ژوگلانین[2]، تانن‌های گالیک، اسانس روغنی و نوعی گلوکوزید به نام هیدروژوگلون[3] هستند. در روش‌های درمانی جدید از آن‌ها به عنوان قابض برای درمان ناراحتی‌های معده‌ای و روده‌ای (۳ قاشق مرباخوری برای ۲ فنجان آب، هر روز) استفاده می‌کنند. این گیاه همچنین دارای اثر آرامبخش روی سیستم اعصاب است و از آن به عنوان بند آورنده خون نیز استفاده می‌گردد. در مصارف خارجی داروهای تهیه شده از این گیاه را در درمان ناراحتی‌های پوستی، سرمازدگی و در غرغره‌ها به کار می‌برند. هسته داخلی آن سرشار از لیپید است و به وفور در صنایع غذایی نظیر مرباسازی مورد استفاده قرار می‌گیرد. چوب درخت گردو نیز در صنایع مبل‌سازی به کار می‌رود.

1. Noyer
2. Juglanine
3. Hydrojuglone

پیرو [1]

Juniperus communis L.

دوران گل‌دهی: فروردین ـ اردیبهشت

زمان برداشت: میوه‌ها: شهریور تا آبان، چوب: بهمن ـ اسفند



(تیرهٔ سرو)؛ درخت یا درختچه‌ای صمغ‌دار و همیشه سبز است. شاخه‌های آن قهوه‌ای، نرم و پوشیده از برگ‌های سوزنی در دسته‌های سه‌تایی است. این گیاه دوجنسی است. گل‌های نر آن خوشه‌های کوتاهی تشکیل می‌دهند و گل‌های ماده آن به شکل دسته‌هایی از جوانه‌های قهوه‌ای رنگ می‌رویند. میوهٔ آن سته است و در سال دوم می‌رسد. این گیاه در ارتفاعات و غالباً در زمین‌های آهکی می‌روید. در بعضی کشورها تحت حفاظت قرار دارد.

برای مصارف دارویی میوه و چوب این گیاه جمع‌آوری می‌شود. درخت را می‌تکانند و میوه‌ها را روی پارچه‌ای جمع می‌کنند یا با دستکش می‌چینند. سپس در سایه به مدت کافی می‌گذارند و پس از آن در خشک‌کن با حرارت ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. میوه‌ها محتوی رزین، نوعی اسانس روغنی که مواد اصلی آن پینن [2] و برنئول [3] است، اینوزیت [4]، نوعی گلوکوزیدفلاون و نوعی عنصر تلخ به نام ژونی‌پرین [5] هستند. آن‌ها شدیداً مدر هستند. دم‌کردهٔ این گیاه ضدعفونی‌کننده است و میوهٔ آن اغلب در جوشانده‌های اورولوژیک [6]، چای و دم‌کرده‌های ضدروماتیسم که آن‌ها نیز مبادلات متابولیکی بدن را تحریک می‌کنند به کار می‌رود. چوب این گیاه همین اثرات را به شکل ضعیف‌تری داراست. مصرف داروهای تهیه شده از این گیاه برای کسانی که کلیه‌هایشان حساس است و همچنین زنان باردار منع شده است. درمان‌های طولانی با آن خطر ایجاد اختلال در کار کلیه‌ها را در بر دارد. این گیاه را به عنوان کمک درمان در روماتیسم و به عنوان گیاهی طراوت‌بخش و در حمام‌ها به کار می‌برند.

از میوهٔ آن برای معطر کردن غذاها و لیکورها استفاده می‌شود.

1. Genévrier commun
2. Pinéne
3. Bornéol
4. Inosite
5. Junipérine
6. Urologique

آبنوس دروغی[1]

Laburnum anagyroides MEDIC

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

† زمان برداشت: دانه‌ها: شهریور ـ مهر



(تیرهٔ بقولات)؛ درخت یا درختچه‌ای با ساقه‌های خاکستری، مایل به سبز و برگ‌های سه‌تایی با دمبرگ‌های بلند است. پشت برگ‌ها پرزدار است و گل‌های آن به شکل خوشه‌های زرد بلندی رو به پایین می‌رویند. میوهٔ آن غلاف‌دار و دانه‌هایش قهوه‌ای‌رنگ است. تمام قسمت‌های گیاه سمی است. موطن اصلی آن منطقهٔ مدیترانه است و به طور خودرو در دامنه‌های آفتابگیر، روی صخره‌ها و خصوصاً روی زمین‌های آهک‌دار می‌روید. این درخت را به عنوان گیاهی تزیینی در پارک‌ها و باغ‌ها می‌کارند. به دلیل سمی بودن شدید آن و خصوصاً سمی بودن دانه‌هایش کاشتن آن را در اطراف مدارس و زمین‌های ورزشی منع کرده‌اند.

برای مصارف دارویی دانه‌های آن را وقتی که غلاف آن کاملاً رسید و رنگ آن قهوه‌ای شد و دارای پرز گردید جمع‌آوری می‌کنند. آن‌ها را با دست جمع‌آوری می‌کنند و پس از خشک کردن دانه‌ها را از آن بیرون می‌آورند. این دانه‌ها که سرشار از لعاب هستند طعمی تلخ دارند و همچنین محتوی نوعی آلکالوئید، سیتیزین[2]، آلبومین‌ها، تانن‌ها، گلوکوزیدها و کولین هستند. از این گیاه به ندرت و با احتیاط مصرف می‌شود و مصرف آن باید تحت نظر پزشک باشد. از دانه‌ها به عنوان آرام‌کننده سیستم اعصاب مرکزی و در صورت تحریکات شدید، میگرن، سردرد و مالیخولیا استفاده می‌شود. همچنین اثر مناسبی روی بعضی از ناراحتی‌های کبدی دارد و پادزهری برای مسمومیت‌های ایجاد شده با آرسنیک است. در طب اغلب داروهایی از ماده سیتیزین که از این گیاه گرفته می‌شود برای بالابردن فشار و دیگر ناراحتی‌ها تهیه می‌شود. طب مردمی از برگ‌های آن برای تهیه جوشانده‌های آرامبخش استفاده می‌کند.

1. Cytis,Aubour   2. Cytisine

کاهوی وحشی[1]

Lactuca virosa L.

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

✝ زمان برداشت: سرشاخه‌ها و شیرابه: تیر ـ مرداد



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی یکساله یا دوساله است با ساقه‌ای راست. این گیاه پرشاخه است و برگ‌های فوقانی آن فاقد دمبرگند. برگ‌های زمینی آن دمبرگ دارند و به شکل بیضی و دندانه‌دار هستند. روی شاخهٔ آن خوشه‌ای از گل‌های زرد رنگ می‌روید. میوهٔ آن خشک و دارای کاکل است. شبکه‌ای از شیرابه سفیدی در تمام گیاه گسترده شده است. این شیرابه در مجاورت هوا تغییر رنگ می‌دهد و ضمن سفت شدن حالت چسبندگی پیدا می‌کند. موطن اصلی آن اروپای جنوبی بوده و از قدیم به عنوان گیاهی دارویی با اثر تخدیرکننده کشت می‌شده است.

برای این منظور سرشاخه‌های آن را در سایه خشک می‌کنند. پس از خشک شدن گیاه عطر ناخوشایندی دارد و طعم آن تلخ است. در اکثر موارد شیرابهٔ سفت شده یا لکتوکاریوم[2] آن را جمع‌آوری می‌کنند. و برای این کار نوک شاخه‌ها را می‌برند و سپس شیرهٔ خشک شدهٔ آن را جمع‌آوری می‌کنند. این کار را چندین بار در سال می‌توان تکرار کرد. ماده تولید شده در صنعت داروسازی مصرف دارد. این ماده دارای مواد تلخ، آلکالوئیدها، کائوچو، آلبومین‌ها و اسیدهای آلی است. مواد تلخ خصوصاً لکتوسین و لکتوکوپیکرین[3] موجود در آن اثر آرام‌کننده اعصاب دارد و به همین دلیل قبل از آن‌که تریاک کشف شود، این گیاه به عنوان مخدر مورد استفاده قرار می‌گرفت. داروهایی از آن تهیه می‌شود که علیه حملات سرفه و سیاه سرفه به کار می‌رود. مسمومیت با این گیاه محتمل است و به همین سبب مصرف آن باید تحت نظر پزشک باشد.

1. Laitue vireuse 2. Lactucarium

3. Lactucine, Lactucopicrin

گزنه سفید[1]

Lamium album L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: گل‌ها: اردیبهشت تا شهریور



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی، پایا با ساقه‌ای چهارگوش و بالارونده و برگ‌های متقابل قلبی‌شکل است که در قسمت فوقانی ساقه‌اش از بغل برگ‌ها گل‌های منفرد سفیدرنگی می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و تمام گیاه پوشیده از پرزهای ریز است. این گیاه در تمام اروپا به صورت علف هرز در باغ‌ها، مراتع و نقاط بکر می‌روید.

برای مصارف دارویی گل‌های آن را در هوای آفتابی و خشک می‌چینند و سپس به سرعت در لایه‌های نازک و در سایه برای خشک شدن پهن می‌کنند. در صورت استفاده از خشک‌کن حرارت حداکثر باید ۴۰ درجه سانتیگراد باشد. گل‌های خشک شده عطر عسل و طعم تلخی دارند. آن‌ها را در ظروف دربسته و به دور از نور نگهداری می‌کنند. گل‌ها محتوی لعاب، تانن، ساپونین، گلوکوزید و عصاره‌های معدنی‌اند. آن‌ها اندکی قابض و دارای اثر ضد تورمی و مدر هستند. این مواد برای سینه درد نافع بوده در مداوای ناراحتی‌های زنانه مؤثرند و همچنین مبادلات متابولیکی بدن را سرعت می‌بخشند. دم‌کردهٔ آن به مقدار دو تا سه قاشق مرباخوری در هر فنجان آب تهیه می‌شود. این جوشانده روی کاتاره و مجاری تنفسی فوقانی اثر می‌گذارد و با بی‌خوابی مبارزه می‌کند. دم‌کرده قوی‌تر آن برای شستشو و کمپرس روی ناراحتی‌های پوستی، اگزما، سوختگی‌ها، بواسیر و واریس‌ها استفاده می‌شود.

با گل‌های تازه این گیاه جوشانده‌ای تهیه می‌کنند و با عسل شیرین می‌کنند که خون را تصفیه می‌کند. برگ‌های جوان آن را می‌توان مثل اسفناج مصرف کرد. این گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Lamier blan

اسطوخودوس[1]

Lavandula angustifolia MILL. (syn.: *Lavandula Spica* L.)

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

زمان برداشت: ساقه و گل‌ها : تیر ـ مرداد



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی بوته‌ای با ساقه‌ای منشعب و پوشیده از برگ‌های باریک است. در انتهای ساقه‌ها خوشه‌ای از گل‌های آبی رنگ می‌روید. میوهٔ آن فندقه است (پایین سمت چپ) و تمام گیاه عطر خوشایندی از خود متصاعد می‌کند. موطن اصلی این گیاه شرق مدیترانه بوده و اغلب در باغ‌ها و مزرعه‌ها کشت می‌شده است.

برای مصارف دارویی ساقهٔ گلدار آن را می‌چینند و پس از آن که گل‌ها روی ساقه خشک شدند آن‌ها را جمع‌آوری می‌کنند و به مصرف می‌رسانند.

ساقه‌ها را در هوای گرم و خشک می‌برند و روی سبد در محلی سایه و در جریان هوا پهن می‌کنند تا خشک شود (گرما حدود ۳۵ درجه سانتیگراد). آن‌ها عطری خوشایند و طعم تلخی دارند و محتوی اسانس روغنی تا ۳ درصد (دارای لینالیلاستات، ژرانیول و بورنئول)[2] و همچنین ۱۲ درصد تانن است. از آن به عنوان ملین سبک استفاده می‌شود. در بیش‌تر اوقات در مصارف خارجی یعنی در شستشوها و کمپرس‌ها از آن استفاده می‌گردد. این گیاه همچنین مسکن خفیفی است و از اسانس آن در ترکیبات ضد روماتیسمی استفاده می‌شود.

بیش‌ترین مصرف این اسانس در صنایع بهداشتی و آرایشی است. این گیاه عطر خوبی دارد و به همین دلیل از ترکیبات اصلی ادوکلن‌هاست. گل‌های خشک شده آن را برای معطر ساختن لباس‌ها و فراری دادن بید به‌کار می‌برند. اسطوخودوس عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Lavande
2. Linalylacétate, geraniol, Bornéol

دوران گل‌دهی: خرداد تا مهر

زمان برداشت: ساقه: خرداد تا شهریور

دم‌شیر [1]

Leonurus cardiaca L.(syn.: *Leonurus villosus* DESF. ex SPRENG.)



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی پایاست با ساقه‌ای چهارگوش و زبر، برگ‌های متقابل، دندانه‌دار و بیضی‌شکل. در قسمت بالایی ساقه از بغل برگ‌ها دسته‌های صورتی رنگ می‌رویند. میوه‌های آن فندقه و چهارقسمتی هستند. موطن اصلی این گیاه سیبری بوده و در مخروبه‌ها، گودال‌ها و اراضی بکر می‌روید. به خاطر نیاز دارویی به این گیاه آن را در مزارع کشت می‌کنند.

ساقهٔ این گیاه یا دقیق‌تر بگوییم، قسمت‌های هوایی این گیاه منجمله برگ‌های پایینی آن را هنگامی که گیاه کاملاً گل کرده باشد، با دست می‌چینند و سپس روی سبد برای خشک‌کردن می‌گسترانند. در صورت استفاده از خشک‌کن حداکثر حرارت باید ۳۵ درجه سانتیگراد باشد. برداشت از این گیاه را می‌توان چندین بار در سال تکرار کرد. این گیاه خصوصاً محتوی نوعی عنصر تلخ، لئونورین [2]، تانن، اسانس روغنی و آلکالوئیدهاست. دمکرده آن به مقدار یک قاشق مرباخوری در هر فنجان (دو فنجان در روز) برای درمان ناراحتی‌های عصبی نظیر میگرن، هیستری، صرع و احساس اضطراب مؤثر است. برای درمان بیماری‌های قلبی و همهٔ ناراحتی‌هایی که ریشهٔ عصبی دارند، ناهماهنگی قلبی و فشار خون نیز از این گیاه استفاده می‌شود. این گیاه همچنین به طور مؤثری قابض است و در درمان اسهال مورد استفاده قرار می‌گیرد؛ در عین حال عضلات صاف رحم را نیز منقبض می‌گرداند. این گیاه اثرات مشابهی با سنبل‌الطیب دارد.

این گیاه مثل دیگر گیاهان این تیره عسل دهنده خوبی است.

1. Agripaume 2. Léonurine

انجدان رومی[1]

Levisticum officinale W.D.J.KOCH

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

زمان برداشت: ریشه: مهر، ساقه: تیر تا مرداد





(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی علفی، پایا و با ریشه‌ای معطر است. ساقهٔ آن بزرگ، برجسته، پرشاخه و دارای انبوهی از برگ‌های زمینی با تقسیمات شانه‌ای است. برگ‌های روی ساقه دمبرگ غشادار و دندانه‌های کم‌تری دارند. گل‌های ریز و زرد آن به صورت چتری و در انتهای ساقه و شاخه‌ها می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و دو قسمتی است (شکل پایین). این گیاه را در باغ‌ها و مزارع می‌کارند.

برای مصارف دارویی ریشه گیاه دوساله و بعضی مواقع ساقه آن را نیز می‌چینند. البته نباید گیاه گل داده باشد. ریشه‌ها و ساقه را باید به سرعت در حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک کنند. گیاه خشک شده معطر است و باید در ظروف سربسته نگهداری شود. آن‌ها محتوی نوعی اسانس روغنی هستند که مادهٔ اصلی آن ترپینئول[2] است و همچنین محتوی فوروکومارین، قندها، استرها، اسیدهای آلی و دیگر مواد هستند. آن‌ها اشتها و ترشح عصاره معده را تحریک نموده مسهل صفرا و دافع باد شکم هستند. از آن‌ها در مداوای مجاری ادرار و مثانه، علیه ضعف عصبی، روماتیسم و تعرق بیش از حد استفاده می‌گردد. دم‌کردهٔ این گیاه را به مقدار یک قاشق تا یک قاشق و نیم برای هر فنجان آب تهیه می‌کنند و در طول روز می‌آشامند. بخور گرم این گیاه نیز بسیار مفید است.

ساقه و برگ‌های این گیاه عطر خوبی دارد و از اسانس آن نیز در صنایع غذایی استفاده می‌شود. مصرف بیش از حد آن در افراد حساس ممکن است باعث ناراحتی و سرگیجه شود.

1. Livéche officinale
2. Terpinéol, furocoumarine

گل کتانی[1]

Linaria vulgaris MILL.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: شاخه: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ گل میمون)؛ گیاهی علفی، پایا و با ساقه‌ای راست است. برگ‌های آن متناوب و باریکند و در انتهای شاخه‌ها خوشه بلندی از گل‌های زرد رنگ و ریز می‌روید. میوه آن به شکل کپسول است و در نقاط خشک و آفتابی و همچنین مانند علف هرز در مزارع و باغ‌ها می‌روید. خواص دارویی آن از قرن پانزدهم شناخته شده و برای درمان کبد، طحال و ریه‌ها (سل) به‌کار می‌رفته است.

ساقهٔ گلدار آن را در هوای خوب جمع‌آوری نموده سپس روی سبد یا به طور دسته‌ای در محلی سایه و در کوران هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. ساقهٔ خشک شده آن محتوی فلاون ـ گلوکوزید، لینارین[2]، پکتولینارین[3]، پکتین، فیتواسترین[4]، اسید آنتی رینیک[5]، و اسید تانیک و همچنین ویتامین C است. این گیاه خواص درمانی زیادی دارد و معرق، مدر و ملین قوی است. همچنین ضد التهاب بوده در صورت تورم کلیه و بیماری‌های کبد و طحال به‌کار می‌رود. برای تهیه دم‌کرده مقدار دو قاشق مرباخوری از گیاه را در چهار فنجان آب جوش می‌ریزند و به مدت ۱۸ دقیقه دم می‌کنند و در طول روز آن را می‌آشامند. در مصارف خارجی از آن برای تمیز کردن زخم‌های عفونی، بیماری‌های پوستی، اولسرهای پا و بواسیر استفاده می‌کنند.

1. Linaire commune
2. Linarine
3. Pecto Linarine
4. Phytostérine
5. Antirrhinique

کتان (بَزرَک)[1]

Linum usitatissimum L.

دوران گل‌دهی: خرداد ـ مرداد

زمان برداشت: دانه: مرداد ـ شهریور



(تیرهٔ کتان)؛ گیاهی علفی، یکساله، با ساقه بلند و شکننده است. در قسمت فوقانی ساقه برگ‌های متناوب و باریکی می‌روید. گل‌های سفید یا آبی آن در انتهای ساقه قرار دارد و میوهٔ آن به صورت کپسولی و محتوی دانه‌های قهوه‌ای و درخشانی (شکل پایین سمت راست) است. کتان گیاهی است که از دوران قدیم کشت می‌شده و از روغن و فیبرهایی که از آن به دست می‌آید استفاده می‌کرده‌اند.

دانه‌های کتان ارزش دارویی دارند و مورد استفاده قرار می‌گیرند. دانه‌های مزبور را پاک نموده با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. دانه‌ها محتوی روغن، لعاب، آلبومین‌ها، گلوکوزیدها، آنزیم‌ها و آب هستند. از دانه‌ها به صورت سالم یا خرده شده استفاده می‌کنند. این دانه‌ها ملین بسیار مؤثری هستند و پوسته لعابدار آن‌ها پس از بلعیده شدن باد می‌کند و معده را آرام می‌کند. روغن کتان هم به عنوان ماده‌ای چرب و هم به عنوان ملین به کار می‌رود. این روغن محتوی گلیسریدهای مختلفی از قبیل اسیدهای لینولئیک (۶۰ درصد)، لینولنیک (۲۰درصد)، استاریک (۸درصد) و اولئیک[2] است. از این روغن در تهیه پمادهای مختلفی مثل مرهم اولئوکلکر[3] (که با اضافه کردن آن به آب آهک تهیه می‌گردد) به دست می‌آید، که برای درمان سوختگی‌ها به کار می‌رود یا با اضافه کردن آن به صابون پتاسی و الکل برای تسکین دردهای روماتیسمی مصرف می‌شود. در مصارف خارجی، خمیری با اضافه نمودن آب به آرد دانه‌های این گیاه به دست می‌آید که از آن در تهیه پمادهای گرم برای گذاشتن روی آبسه‌ها و ناراحتی‌های پوستی و اولسرها استفاده می‌شود.

در دامپزشکی از این دانه‌ها برای مداوای ناراحتی‌های هاضمه حیوانات جوان استفاده می‌گردد.

1. Lin Cultivé
2. Linolénique , stéarique, oléique
3. Oléocalcaire

دانه سنگی[1]

Lithospermum officinale L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مرداد

زمان برداشت: میوه‌ها: تیر ـ مرداد



(تیره گل گاوزبان)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزومی کوتاه و ساده است. ساقه آن راست، شاخه و برگ‌های آن سرنیزه‌ای، متناوب و بدون دمبرگ هستند. از بغل برگ‌های فوقانی خوشه گل‌های ریز به رنگ سفید ظاهر می‌شود. میوهٔ آن فندقه، چهارقسمتی، سفید و درخشان است (شکل پایین). به دلیل سخت بودن این دانه‌ها نام علمی این گیاه را لیتوسپرموم یعنی دانه سنگی گذاشته‌اند. تمام گیاه از پرزهای زبر پوشیده شده است. این گیاه در اروپا و آسیا در کناره‌های آفتابگیر جنگل‌ها، و در میان بیشه‌زارهای روشن و خصوصاً مناطق نسبتاً گرم و نقاطی که دارای خاک آهکی است، می‌روید. بعضی مواقع آن را به عنوان گیاهی دارویی و عسل دهنده در باغات می‌کارند.

میوهٔ آن را هنگامی که کاملاً رسید جمع‌آوری می‌کنند. دانه‌های این گیاه از دور روی رنگ سبز برگ‌ها می‌درخشند. برای جمع‌آوری گیاه را تکان می‌دهند تا دانه‌های آن روی پارچه‌ای بریزد (آن‌ها به راحتی جدا می‌شوند و می‌افتند) یا این‌که تمام قسمت فوقانی گیاه را می‌چینند و وقتی که قسمت‌های سبز آن خشک شد دانه‌ها را جدا می‌کنند. این دانه‌ها نیز باید کاملاً خشک شوند. آن‌ها تا ۵۰درصد محتوی مواد معدنی همراه با اسید سیلیسیلیک و نمک‌های آهکی هستند. این مواد مدر هستند و پس از ساییدن آن را به صورت دم‌کرده برای درمان ناراحتی‌های مجاری ادرار و علیه سنگ کلیه به کار می‌برند.

برگ‌های خشک شدهٔ این گیاه را به عنوان جانشینی برای چای مصرف می‌کنند. از ماده رنگی موجود در ساقه زیرزمینی آن برای رنگ کردن کره و بعضی از لیکورها استفاده می‌کنند.

1. Grémil officinal

پنجه گرگی[1]

Lycopodium clavatum L.

زمان برداشت: هاگ‌ها: تیر ـ مرداد



(تیرهٔ پنجه گرگیان)؛ گیاهی پایا، بدون گل و خزنده است. ساقهٔ آن منشعب و کاملاً پوشیده از برگ‌های باریک است. در نوک ساقهٔ نیمه بالاروندهٔ آن خوشه‌ای از هاگدان‌های شاخه شاخه قرار دارد. وجود این گیاه نشانگر زمین‌های اسیدی و مرطوب است. روی برگ‌های جنگلی، روی خاک‌برگ و تورب‌زارها می‌روید. در بعضی کشورها این گیاه را مورد حفاظت قرار داده‌اند، زیرا به تخریب محیط حساس است و به علت تبدیل جنگل‌ها به اراضی مزروعی کمیاب شده است. جهت مصارف دارویی تنها هاگدان‌ها و هاگ‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. همچنین می‌توان خوشه‌ها را برید و هاگ‌ها را پس از این که رسیدند جدا کرد. باید دقت نمود تا به دیگر قسمت‌های گیاه آسیبی نرسد. هاگ‌ها تا ۵۰ درصد محتوی لیپیدها، اسیدهای آلی، قند و آلکالوئیدها هستند. از آن‌ها برای خشک‌کردن زخم‌ها روی ناراحتی‌های پوستی و در نقاطی که پوست کودک تحریک شده و برای مداوای ترک‌های پوستی استفاده می‌کنند. از همین پودر برای ساخت پوشش قرص‌ها استفاده می‌شود. در صورت وجود ناراحتی‌های کبد و مجاری ادرار پودر این گیاه به مقدار ۱ تا ۳ گرم ۳ بار در روز تجویز می‌شود. به همین شکل می‌توان ناراحتی‌های معده و روده، کلیه و حتی اعصاب را مداوا کرد. ساقه این گیاه سمی است.

از هاگ‌ها در تهیه ماده‌ای رنگی سود می‌برند که با آن اثر انگشت را ثبت می‌کنند. هاگ‌ها قابل اشتعال و انفجارند و به همین دلیل برای تهیه فشفشه به کار می‌روند.

1. Lycopode en massue

فراسیون آبی (پای گرگ)[1]

Lycopus europaeus L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: تیر تا شهریور



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی پایا، با ساقه‌ای راست چهارگوش و برگ‌های بیضی، متقابل و عمیقاً دندانه‌دار است. از بغل برگ‌ها گل‌های ریز و بنفش‌رنگی ظاهر می‌شود. میوه آن فندقه و چهارقسمتی است. این گیاه در آسیا و اروپا خصوصاً در نقاط مرطوب و سرشار از ازت مانند چاهک‌ها، گودال‌ها، باتلاق‌ها و در اطراف مناطق مسکونی می‌روید. در قرون وسطی از این گیاه علیه مالاریا استفاده می‌شد.

سرشاخه‌های این گیاه را هنگامی که کاملاً گل کرده با دست می‌چینند، سپس در لایه‌های نازک روی سبد پهن کرده در محلی که هوا جریان داشته باشد و در گرمای حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی اسانس روغنی، تانن‌ها، مواد اصلی تلخ و اسیدهای آلی‌اند. در قدیم از این گیاه برای درمان نارسایی غدد تیروئید که همان بیماری بازدو است، استفاده می‌کردند. از آن دم‌کرده‌ای به مقدار یک تا دو قاشق مرباخوری در هر فنجان آب تهیه می‌کنند و دو تا سه بار در روز می‌آشامند، یا به مقدار معینی از دانه‌های آن را تحت نظر پزشک مصرف می‌کنند. در صورت وجود ناراحتی‌های عصبی از قبیل اضطراب، تپش قلب و تشنجات از این گیاه استفاده می‌شود.

1. Patte de loup, chanvre d'eau

علف بیدی[1]

Lysimachia nummularia L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت ـ خرداد



(تیرهٔ پامچال)؛ گیاهی پایا، با ساقه خزنده، گوشه‌دار و برگ‌های بیضی و متقابل است. از بغل برگ‌ها گل‌های بزرگ زردرنگی می‌رویند که دمگل‌های کوتاهی دارند. میوهٔ آن به صورت کپسول است (پایین سمت چپ) و به ندرت تشکیل می‌شود. در واقع این گیاه از طریق ریشه زدن روی ساقه تکثیر می‌گردد. علف بیدی در مرغزارها، مراتع، نزدیک حصارها و در باغ‌ها خصوصاً در محل‌های مرطوب می‌روید.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را هنگام گل دادن می‌چینند و در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. اگر این کار به خوبی انجام گیرد، رنگ سبز روشن و طعم تلخ و قابض گیاه حفظ می‌شود. سرشاخه‌ها محتوی ساپونین‌ها، تانن‌ها، سیلیسیک و دیگر مواد باکتریسید هستند. از آن‌ها به عنوان قابض و ضد اسهال خصوصاً در کاتاره معده ـ روده‌ای یا برای پاک کردن روده استفاده می‌شود. برای این کار یک قاشق مرباخوری از ساقه خرد شده را در یک فنجان آب دم می‌کنند و روزانه سه فنجان می‌نوشند. از ساقه تازه و خرد شدهٔ آن می‌توان در کمپرس‌ها برای زخم‌هایی که دیر خوب می‌شوند، اولسرها و بیماری‌های پوستی (درمیت) استفاده نمود. این گیاه همچنین در صورت وجود روماتیسم عضلانی و آرتریت آرامبخش است. جوشانده و حتی عصاره تازه آن پوست را نرم می‌کند.

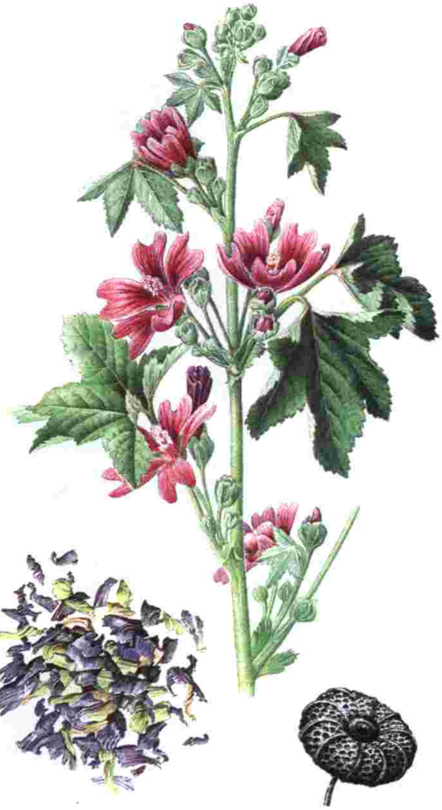
1. Monnoyère

پنیرک[1]

Malva sylvestris L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا اواخر شهریور

زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد تا شهریور؛ گل‌ها: اردیبهشت تا مرداد



(تیرهٔ خطمی)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریشه‌ای دوکی‌شکل و ساقه‌ای بالا رونده و پوشیده از پرز است. برگ‌های پنجه‌ای آن به طور متناوب درمی‌آیند. گل‌های صورتی‌رنگ آن با کاسبرگ‌های رگه‌دار بنفش از بغل برگ‌ها می‌رویند. میوهٔ آن به صورت دیسک است و هنگامی که می‌رسد از گیاه جدا می‌شود (شکل پایین سمت راست). این گیاه در اروپا و آسیا و آفریقا در مرغزارها، مراتع، کناره جنگل‌ها و بیشه‌زارها می‌روید.

برای مصارف دارویی برگ‌ها و گل‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. برگ‌های آن را هنگامی که گیاه کاملاً گل کرده در روز آفتابی با دست می‌چینند. این برگ‌ها باید سالم باشند و زیاد پیر نباشند. گل‌ها را نیز در روز آفتابی همراه با حقه گل و بدون پایه آن می‌چینند. آن‌ها را در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. اگر گل‌ها به طور صحیح خشک شوند به رنگ آبی در می‌آیند. آن‌ها محتوی لعاب، تانن‌ها، مواد رنگی آلی، اسیدها و ویتامین C هستند. آن‌ها را مثل گل خطمی برای مداوای مجاری فوقانی تنفسی، معده، روده‌ها و به عنوان ملینی ضعیف به‌کار می‌برند. مواد لعابدار موجود در آن زخم‌های درونی، پارگی‌های مخاطی و اولسرهای معده را التیام می‌بخشند. از این گیاه به عنوان پادزهر در صورت جذب اسید یا باز استفاده می‌گردد. در مصارف خارجی پنیرک را در شستشوها و پانسمان‌ها برای اولسرها و ناراحتی‌های پوستی به‌کار می‌برند.

1. mauve Sauvage

پنیرک قرمز[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور
زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد تا شهریور، گل‌ها: خرداد تا مرداد

Malva sylvestris L., ssp.*mauritanica* (SCOP.) ASCHERS. et GRAEBN. (syn.:*Malva mauritiana* L.)



(تیرهٔ خطمی)؛ گیاهی علفی، دوساله یا پایاست که موطن اولیه آن حوزهٔ مدیترانه بوده و به عنوان گیاهی تزیینی و عسل دهنده در حوالی نقاط مسکونی در شهرها کشت می‌شده است. ساقهٔ راست آن دارای برگ‌های پنجه‌ای، دمبرگ‌های بلند و متناوب است. از بغل برگ‌ها گل‌های قرمز متمایل به بنفش با دم‌های بلند می‌روید. باروری این گیاه از طریق حشرات انجام می‌شود. میوهٔ آن به صورت دیسک است. این گیاه را در مزارع برای مصارف دارویی می‌کارند.

برگ‌ها و گل‌های این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. برگ‌های سالم را همراه با مقدار خیلی کمی از دم آن با دست می‌چینند، گل‌ها را نیز در روز آفتابی با دست جمع‌آوری می‌کنند. این دو قسمت را روی سبدها در لایه‌های نازک و در سایه پهن می‌کنند یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. تمام گیاه سرشار از لعاب، تانن‌ها، اسانس روغنی و ماده رنگی است. از برگ‌ها و خصوصاً گل‌ها در ترکیبات جوشانده‌هایی که برای درمان کاتاره مجاری فوقانی تنفسی به کار می‌رود استفاده می‌شود. آن‌ها نیز مثل خطمی خلط‌آورند و اثر خوبی در مداوای ناراحتی‌های معده‌ای از خود به جای می‌گذارند. همچنین ضمادهای نرم‌کننده‌ای از پنیرک تهیه می‌گردد. از این گیاه در شستشوی زخم‌های عفونی، غرغره و تهیهٔ قطرهٔ چشمی نیز استفاده می‌شود.

پنیرک با برگ‌های گرد و پنیرک موسکه نیز همین اثرات را دارند.

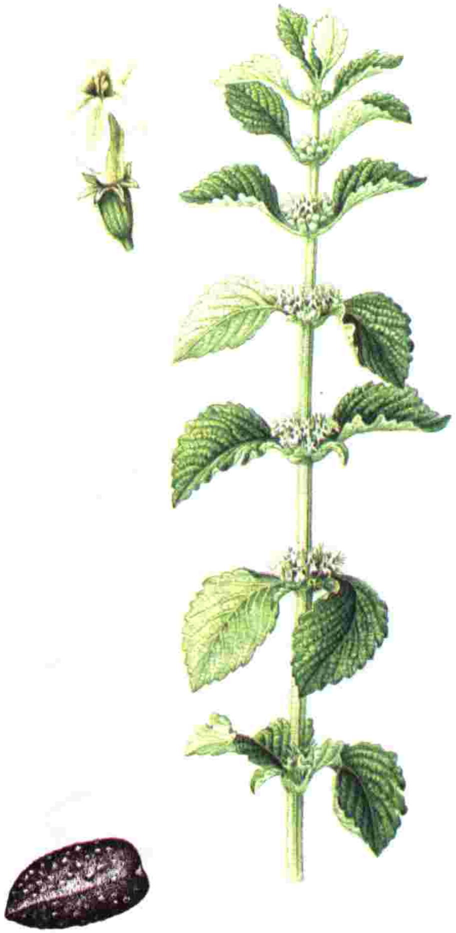
1. Mauve sauvage de mauritanie

گندنای کوهی (فراسیون ابیض)[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد

Marrubium vulgare L.



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی و پایاست که به طور انبوه می‌روید و ساقه آن چهارگوش و برگ‌های آن متقابل، متمایل به سفید و پرزدار است. در قسمت فوقانی ساقه گل‌های سفید کوچکی به طور منفرد از بغل برگ‌ها می‌رویند. تمام گیاه عطر سیب از خود متصاعد می‌کند. میوهٔ آن فندقه و چهارقسمتی است. موطن اولیه آن جنوب اروپا بوده و به طور خودرو در اماکن رها شده خصوصاً در نقاط گرم و آفتابی می‌روید. این گیاه در قدیم نیز جمع‌آوری می‌شد و در درمان مالاریا و سل به‌کار می‌رفت. در حال حاضر برای رفع نیاز صنعت داروسازی آن را در مزارع می‌کارند و تا شش سال می‌تواند در یک محل باقی بماند.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را زمانی که کاملاً گل کرده است با دست می‌چینند. این کار را چندین بار در سال انجام می‌دهند. سپس سرشاخه‌ها را در لایه‌های نازک در سایه و در برابر کوران هوا قرار می‌دهند و یا این‌که در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها اثر تحریک‌کننده روی مخاط و طعمی تلخ دارند. این گیاه محتوی یک ماده تلخ به نام ماروبین[2] (۶/۵ درصد)، تانن‌ها و ساپونین‌هاست. از این گیاه علیه کاتاره مجاری فوقانی تنفسی، سرفه، زکام و آسم به شکل دم‌کرده‌ای به مقدار دو قاشق مرباخوری از سرشاخه‌ها در یک فنجان آب استفاده می‌کنند. این دم‌کرده خلط‌آور و آرام‌کننده است و اشتها و ترشحات دستگاه گوارش را تحریک می‌کند. این گیاه همچنین فعالیت کبد و ترشح صفرا (ماروبین مسهل صفراست) را تحریک می‌کند. همچنین در تنظیم ضربان قلب مؤثر است و عادت ماهانه دردناک را تسکین می‌دهد. در مصارف خارجی از آن برای درمان زخم‌های دردناک یا عفونی استفاده می‌شود.

1. Marrube Blanc 2. Marrubiine

اکلیل الملک (یونجهٔ زرد)[1]

Melilotus officinalis (L.) LAM.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مهر

زمان برداشت: سرشاخه‌ها و گل‌ها: اردیبهشت تا مرداد



(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی علفی، دوساله، با ساقه‌ای بلند و برجسته است. برگ‌های آن سه تایی و متناوبند. از بغل برگ‌ها در قسمت فوقانی ساقه گل‌های زردی به صورت خوشه‌های مرکب می‌رویند و میوهٔ آن غلافدار است. این گیاه در زمین‌های بکر، خرابه‌ها، در کنار مزارع و روی تپه‌های خشک می‌روید. بعضی مواقع آن را به عنوان علوفه برای اسب می‌کارند و از آن برای استحکام خاک اطراف ریل‌های قطار استفاده می‌کنند.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های این گیاه را از قسمت‌های فوقانی شاخه با دست می‌چینند و برای خشک کردن در سایه روی سبد پهن می‌کنند. بعضی مواقع فقط از گل‌های آن که از روی شاخه‌های خشک شده جمع‌آوری می‌شوند استفاده می‌گردد. قسمت‌های خشک شده عطر کومارین و طعم تلخی دارند. آن‌ها محتوی ۹ درصد کومارین، ملیلوتین[2]، تانن‌ها و مواد رنگی ـ فلاون‌ها هستند. این مواد قابلیت نفوذپذیری مویرگ‌ها را کاهش داده خون را رقیق می‌کنند که از این خواص در درمان ترمبوز و واریس‌ها استفاده می‌گردد. مصرف بیش از حد آن خطر ایجاد خونریزی، سردرد، سرگیجه و تهوع را به همراه دارد. این گیاه را در ترکیبات پاستیل‌های تسکین‌دهنده آسم برونشیک به‌کار می‌برند. همچنین در ترکیب مرهم‌ها و ضمادهای نرم‌کننده برای زخم‌های متورم و آماس کرده و ورم‌های مفصلی و غده‌ای (ضد تورم) به‌کار می‌رود. در صنایع داروسازی و سیگارسازی برای معطر ساختن مواد مورد استفاده قرار می‌گیرد.

1. Mélilot officinal 2. Melilotine

بادرنجبویه (فرنجمشک)[1]

Melissa officinalis L.

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد ـ مرداد





(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی، پایا، با ساقه‌ای راست که مقطع آن چهارگوش و برگ‌های متناوب آن بیضی‌شکل است. از بغل برگ‌ها گل‌هایی با کاسبرگ‌های رنگی می‌رویند که در وهله اول زرد کم‌رنگ هستند و به سفید و سپس به بنفش تبدیل می‌شوند. میوهٔ آن فندقه و چهارقسمتی است (شکل پایین). تمام‌گیاه پوشیده از پرزهای ریز است و عطر لیموی تندی از خود متصاعد می‌کند. موطن اصلی این گیاه قسمت وسیعی از شرق مدیترانه است. امروزه این گیاه را در باغ‌ها و مزارع (تزیینی، طبی و عسل دهنده) کشت می‌کنند.

برگ‌های این گیاه را در هوای خشک می‌چینند (این عمل را دو تا سه بار در سال انجام می‌دهند) و سپس به سرعت در سایه یا ترجیحاً در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. رنگ برگ‌ها پس از خشک شدن قهوه‌ای می‌شود. آن‌ها محتوی ۰/۱ تا ۰/۲۵ درصد اسانس روغنی‌اند که خصوصاً از سیترال، سیترونل و ژرانیول[2] تشکیل شده است. برگ‌ها همچنین محتوی تانن‌ها و اسید هیدروکسی ترپنیک هستند. اسانس موجود در آن عطر خوشایند لیمو را از خود متصاعد می‌کند. از این گیاه برای تنظیم و مداوای ناراحتی‌های معده، علیه کاتاره‌های معده ـ روده‌ای و برای تحریک ترشحات صفراوی استفاده می‌گردد. همچنین ثابت شده است که روغن این گیاه اثر آرامبخش دارد و مثل بابونه آرام‌کننده و برای دفع نفخ بسیار مؤثر است. دم‌کرده این گیاه را به مقدار یک قاشق مرباخوری برای هر فنجان آب تهیه می‌کنند. از این دم‌کرده می‌توان دو تا سه فنجان در روز نوشید.

سرشاخه‌های این گیاه را به عنوان ماده اولیه در تهیه آب ضد نفخ به‌کار می‌برند. این گیاه همچنین در ساخت لیکورها مورد استفاده قرار می‌گیرد.

1. Melisse officinale

2. Citrale , Citronelle Geraniol.

پونه آبی[1]

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور
زمان برداشت: سرشاخه‌ها و برگ‌ها: تیر تا شهریور

Mentha aquatica L. var. *crispa* (L.) BENTH. (syn.: *Mentha crispa* L.)



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزوم شاخه‌ای و ساقه‌های راست پوشیده از برگ‌های متقابل، بی‌دم، مجعد و کمی گزنده است. ساقه در قسمت بالایی شاخه‌دار است و در نوک شاخه‌ها خوشه‌ای از گل‌های آبی رنگ می‌روید. میوهٔ آن فندقه و چهارقسمتی است (شکل پایین سمت چپ) و تمام گیاه عطر زیره از خود متصاعد می‌کند. در این‌جا منظور از این نعناع نوع پرورشی آن است که از اختلاط چندین نوع نعناع به دست آمده و آن را در باغ‌ها و مزارع می‌کارند.

برای مصارف دارویی سرشاخه این گیاه را زمانی که کاملاً گل کرده است و در بعضی مواقع نیز فقط برگ‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند، سپس در لایه‌های نازک در سایه یا با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت در خشک‌کن خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی نوعی اسانس روغنی‌اند که ماده اصلی آن کارون است، همچنین تانن و مواد تلخ دارند. این گیاه را به شکل دم‌کرده (یک قاشق در نیم لیتر آب، سه بار در روز) مصرف می‌کنند. این دم‌کرده برای رفع بی‌اشتهایی، ناراحتی معده، نفخ، اسهال و تشنجات مفید است. این گیاه همچنین مسهل صفراست و برای مداوای ناراحتی‌های کیسه صفرا به کار می‌رود. از سرشاخه‌های تازهٔ آن اسانسی به وسیلهٔ تقطیر به دست می‌آید که موارد مصرف آن مشابه برگ‌های خشک این گیاه است. قدرت اثر دارویی این نوع نعناع کمی ضعیف‌تر از نعناع فلفلی (نعناع تبریزی) است، ولی مقاومت آن در برابر سرما و آفات بیش‌تر است و به همین دلیل کشت آن مناسب‌تر است. در عین حال نعناع کوتاه مانتول ندارد.

1. Menthe Crépue

نعناع فلفلی[1]

Mentha x piperita L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: برگ‌ها: تیر تا شهریور؛ سرشاخه‌ها: خرداد تا شهریور



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی پایا، ریزوم‌دار با ساقه‌های هوایی افراشته و شاخه‌ها و برگ‌های متقابل است. گل‌ها بنفش رنگند و در انتهای شاخه‌ها به صورت خوشه‌ای می‌رویند. میوه فندقه و چهارتایی است. میوه‌ها به ندرت شکل می‌گیرند، زیرا گیاه به وسیلهٔ جوانه‌های موجود در ساقه زیرزمینی خود تکثیر می‌شود. در این‌جا نیز گیاه مورد بحث از اختلاط نعناع آبی و نعناع سبز به دست می‌آید. نعناع فلفلی امروزه به مقدار زیادی در دنیا کشت می‌شود.

برگ‌های این گیاه را در هوای گرم و آفتابی جهت مصارف دارویی و غذایی جمع‌آوری می‌کنند و سپس در جریان هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۲۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. گیاهانی راکه آفت یا زنگ زده‌اند نباید جمع‌آوری کرد. این گیاه اسانس نعناع داردکه ماده اصلی آن مانتول[2] تا ۵۰ درصد است و مواد دیگری از قبیل متیل استر ۲۰ درصد، مانتون[3] ۱۲ درصد، عصاره‌های تلخ و تانن‌ها دیگر اجزای تشکیل‌دهندهٔ آن هستند. نعناع فلفلی ترشح شیره معده را تحریک می‌کند، گاز شکم و اسهال را کاهش می‌دهد، در ضمن تحریکات و تشنجات جهاز هاضمه را تسکین داده ترشح صفرا را نیز تحریک می‌کند. این گیاه مسهل صفرای بسیار خوبی بوده، آرامبخش، بادشکن و مقوی معده است. همچنین در صورت مصرف آن به صورت بخور علیه زکام، ورم حنجره و برونشیت‌ها اثر ضدعفونی‌کننده ضعیفی نیز دارد.

به سبب مقدار زیاد مانتول موجود در این گیاه آن را به آب‌های معطر، قطره‌ها و آلکلات‌های مانتول‌دار اضافه می‌کنند و در ماساژ برای تسکین سردرد و در خمیر دندان‌ها به‌کار می‌برند.

1. Menthe Poivrée
2. Menthol
3. Menthone

شبدر باتلاقی[1]

Menyanthes trifoliata L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: برگ‌ها: اردیبهشت تا تیر



(تیرهٔ مانیاتاسه)؛ گیاهی پایاست که در باتلاق‌ها و کنار آب‌های راکد و اغلب روی زمین‌های اسیدی می‌روید. روی ساقهٔ خزندهٔ آن برگ‌های سه‌تایی با دمبرگ‌های بلند و ساقه‌ای افراشته که در نوک آن خوشه‌ای از گل‌های سفید یا صورتی می‌روید قرار دارند. میوهٔ آن به شکل کپسول است. این گیاه در آسیا، اروپا و امریکای شمالی می‌روید. در بسیاری از کشورها کمیاب یا این که ساقه‌های زیرزمینی آن کم است و تحت حفاظت قانون قرار دارد. در این شرایط جمع‌آوری آن فقط در محل‌هایی که محدودیت ندارد انجام می‌شود.

برگ‌های این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند و برای این که تنه گیاه شکسته نشود برگ‌ها را می‌برند. پایه این گیاه را نباید به طور کلی قطع کرد تا گیاه بتواند تنفس کند. برگ‌ها را در سایه و در کوران هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. برگ‌ها را نباید فشرده نمود و باید دور از رطوبت و نور نگه داشت. آن‌ها محتوی نوعی گلوکوزید تلخ، لوژانین (منیانتین[2])، تانن و دیگر مواد (از جمله مواد معدنی از قبیل منگنز، آهن و ید) هستند. مواد مؤثره آن روی ترشحات معده اثر می‌گذارد و معده را تقویت می‌کند. این گیاه اشتها را زیاد نموده، کار جهاز هاضمه را منظم می‌کند و مسهل صفراست. از این گیاه در ترکیبات بسیاری از داروها از قبیل تنطور تلخ مقوی معده و جوشانده‌ها استفاده می‌شود. این گیاه اغلب در تهیه لیکورها مورد استفاده قرار می‌گیرد.

1. Tréfle D'eau　　2. Loganine (ményanthyne)

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا تیر

زمان برداشت سرشاخه‌ها: اردیبهشت ـ خرداد

بولاغ اوتی[1]

Nasturtium officinale R.BR.



(تیرهٔ شب‌بو)؛ گیاهی علفی، پایا و با ساقه‌ای بالارونده است که ساقهٔ آن چهارگوش و ریشه‌دار و برگ‌های آن متناوب و شبیه به پر است. در انتهای ساقه خوشه‌ای از گل‌های سفید می‌روید. این خوشه در اواخر فصل گل دادن بلندتر می‌شود. میوه آن به صورت خورجین خمیده است. موطن اصلی این گیاه اروپای مرکزی و غربی بوده که امروزه در تمام دنیا گسترده شده است، ولی به ندرت یافت می‌گردد. این گیاه در کناره جویبارها، چشمه‌ها و دیگر نقاط مرطوب در دشت و کوهستان می‌روید.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های این گیاه را درست قبل از گل کردن جمع‌آوری می‌کنند، سپس در سایه و جدا از دیگر گیاهان خشک می‌کنند. این گیاه در طول خشک شدن عطر تندی از خود متصاعد می‌کند. دم‌کرده آن را به مقدار دو قاشق سوپخوری برای هر فنجان آب جهت افزایش اشتها و درمان ناراحتی‌های هاضمه و صفراوی تهیه می‌کنند. برای همین منظور شیرهٔ تازه آن راکه پنج بار رقیق شده باشد تهیه می‌کنند و سه بار در روز می‌نوشند. سرشاخه‌های تازه آن سرشار از ویتامین‌های A ،C و E است. از این گیاه در تهیهٔ سالادهای تند بهاره استفاده می‌کنند. از برگ‌های آن برای معطر ساختن و بهتر نمودن طعم سس‌ها، سوپ‌ها و تزیین غذاهای سرد استفاده می‌کنند. تازه یا خشک شدهٔ این گیاه را باید با احتیاط مصرف کرد، چراکه ممکن است باعث ایجاد تحریکات در سطح مخاط روده‌ای یا مثانه شود. در مصارف خارجی از عصارهٔ تازه آن برای مداوای ناراحتی‌های پوستی و اگزما استفاده می‌شود.

1. Cresson de tontaine

علف گربه[1]

Nepeta cataria L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی و پایاست با ساقهٔ بلند، منشعب و پرزدار. برگ‌ها متقابل و بیضی‌شکل و گل‌ها سفید یا صورتی رنگند و به طور گروهی از بغل برگ‌های بالای ساقه می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و چهارقسمتی است (شکل پایین). تمام گیاه عطر نافذی دارد که توجه گربه‌ها را به خود جلب می‌کند (نام علمی آن از همین موضوع گرفته شده است). نام ژنریک آن یادآور اسم شهر اتروسک در نپت یعنی جایی است که این گیاه به مقدار زیادی کشت می‌شده است. این گیاه معمولاً در باغ‌ها کشت می‌شد و تصور می‌کردند که بوی آن مارها را فراری می‌دهد.

سرشاخه‌های این گیاه را با دست در هوای خشک و آفتابی می‌چینند و قسمت‌های سفت شدهٔ آن را جدا می‌کنند. برای خشک کردن آن‌ها را در محلی سایه و در جریان هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. خشک شدهٔ آن‌ها دارای عطری شبیه به عطر بادرنجبویه است. آن‌ها را بایستی در پاکت‌های دربسته نگهداری کرد. سرشاخه‌ها محتوی ۰/۳ تا ۰/۷ درصد از نوعی اسانس روغنی‌اند که دارای کارواکرول[2] و تیمول، عصاره‌های تلخ و تانن‌هاست. از آن‌ها جوشانده‌ای برای مداوای ناراحتی‌هایی که ریشه عصبی دارند (مثل میگرن) تهیه می‌شود. زیرا این گیاه اثر تسکین‌دهنده دارد. آن‌ها همچنین کار جهاز هاضمه را تحریک و عادت ماهانه را تسهیل می‌کنند. مقدار مورد مصرف برای تهیه دم‌کرده ۳۰ گرم در هر لیتر آب است که به مدت ۲۰ دقیقه آن را دم می‌کنند. از این دم‌کرده روزانه دو تا سه فنجان مصرف می‌کنند. از خواص این دم‌کرده مدر و مسهل صفرا بودن آن است. این گیاه را در مداوای بیماری‌های زنانه به‌کار می‌برند. این گیاه عسل دهنده خوبی است.

1. Cataire   2. Carvacrol

سیاه‌دانه[1]

Nigella Sativa L.

دوران گل‌دهی: خرداد ـ تیر

زمان برداشت: دانه‌ها: تیر تا شهریور



(تیرهٔ آلاله)؛ گیاهی یکساله، با ساقه‌ای راست و شاخه‌دار است که در انتهای ساقه گل‌های تکی با گلبرگ‌های سفید و آبی می‌رویند. میوهٔ آن به صورت کپسولی است که در آن دانه‌های سیاه و معطری قرار دارد. (شکل‌های پایین). موطن اصلی این گیاه جنوب اروپا و آسیای غربی بوده است و از قدیم این گیاه را خصوصاً در کشورهای گرمسیر می‌کاشته‌اند. این گیاه به سادگی با محیط جدید خو می‌گیرد. دانه این گیاه برای معطر نمودن شراب به کار می‌رفته و هنوز هم در دنیای غرب به عنوان داروی همهٔ دردها شناخته می‌شود.

دانه‌های آن را (وقتی که خوب رسیدند) با جدا کردن کپسول به طور مکانیکی یا با دست جمع‌آوری می‌کنند. سپس دانه‌ها را بیرون می‌آورند و خشک می‌کنند. آن‌ها بوی کافور می‌دهند و طعمشان در وهلهٔ اول تلخ است. دانه‌ها محتوی ساپونین، اسانس روغنی، نوعی عصاره تلخ به نام نیژلین[2] و تانن هستند. این مواد مسهل صفرا، مدر و تحریک‌کننده غدد شیری هستند. همچنین عضله صاف را منبسط و گاز شکم را دفع می‌کنند و ضد انگل نیز هستند. مقداری که در دم‌کرده به کار می‌رود یک قاشق مرباخوری از دانه آن در یک فنجان آب است که دوبار در روز مصرف می‌کنند و همچنین در درمان برونشیت نیز استفاده می‌شود.

از قدیم دانهٔ این گیاه را در نانوایی و اسانس آن را در مرباسازی، به خاطر عطرش، استفاده می‌کرده‌اند. دانه‌های آن نسبتاً سمی هستند. این گیاه گرده گل زیادی تولید می‌کند و عسل دهنده خوبی است.

1. Nigelle cultivée 2. Nigelline

گل زرد[1]

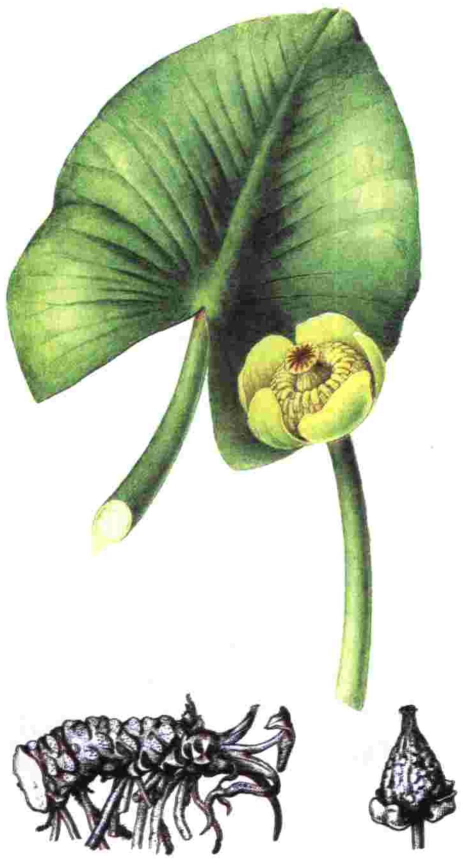
Nuphar lutea (L.)SM.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مرداد

زمان برداشت: ریزوم‌ها: مهر و اسفند

(تیرهٔ نیلوفر آبی)؛ گیاهی پایا و آبزی است که ریزوم آن ضخیم (شکل پایین سمت چپ)، غوطه‌ور در آب و خزنده است. برگ‌های آن دمبرگی بلند دارند ودر سطح آب شناورند. پهنک برگ‌ها صاف، چرمی و به شکل قلب است و رگبرگ‌های بلند طولی دارد. گل‌های زرد بزرگ آن عطر سیب می‌دهند و دمگل‌های بلندی دارند که به وسیلهٔ آن‌ها در بالای سطح آب قرار می‌گیرند. گرده‌افشانی این گیاه به وسیلهٔ حشرات انجام می‌شود. میوهٔ آن به صورت کپسول گوشتی و شبیه بطری (شکل پایین سمت راست) است. این گیاه در تمام آسیا و اروپا وجود دارد و در آب‌های کم‌عمق راکد یا جاری، گودال‌های پرآب و قسمت‌هایی که از رودخانه جدا شده‌اند می‌روید. این گیاه در بسیاری از کشورها تحت حفاظت قرار دارد.

برای مصارف طبی ریزوم آن را در نقاط حفاظت‌نشده یا انواع کشت‌شدهٔ آن را جمع‌آوری می‌کنند. ریزوم‌ها را به دقت جدا و پاک می‌کنند و از وسط دوبار به طور طولی می‌برند. سپس آن را در یک لایه روی سبد می‌چینند گهگاهی از این رو به آن رو می‌کنند تا خشک شود. در صورت استفاده از خشک‌کن درجه حرارت نباید از ۴۰درجه سانتیگراد تجاوز کند. ساقه‌ها محتوی آلکالوئیدها (نوفارین، نوفاریدین، نیم‌فئین)[2]، گلوکوزیدها، تانن‌ها و دیگر موادی‌اند که هنوز کاملاً شناخته نشده‌اند و تحقیق در بارهٔ آن‌ها ادامه دارد. این مواد به مقدار کم برای بدن محرکند، بنابراین این گیاه در رده ترکیبات دارویی قرار می‌گیرد که منحصراً باید طبق تجویز پزشک مصرف شود. این مواد روی سیستم اعصاب مرکزی اثر می‌گذارند و در صورت مصرف مقدار زیاد باعث فلج می‌شوند. طب مردمی از این گیاه استفاده نمی‌کند.



1. Nénuphar Jaune
2. Nupharine , Nupharidine, Nymphéine.

نیلوفر آبی گل سفید[1]

Nymphaea alba L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: ریزوم: اسفند تا مهر



(تیرهٔ نیلوفر آبی)؛ گیاهی پایا، آبزی با ریزوم ضخیم و خزنده است. برگ‌های آن چرمی‌شکلند و دمبرگ‌های بلندی دارند. برگ‌ها در سطح آب شناورند، پهنک برگ‌ها گرد و مدور است. گل‌های سفید آن نیز پایه‌های بلندی دارند و در بالای سطح آب می‌شکفند. میوهٔ آن به صورت کپسول گوشتداری است که در درون آن دانه‌های زیادی وجود دارد. این گیاه در آب‌های راکد یا آب‌هایی که جریان کندی دارند می‌روید و مورد حفاظت قرار دارد. به خاطر گل‌های بزرگ آن اغلب در باغ‌ها و در استخرها و نقاطی که آب وجود دارد کاشته می‌شود. بعضی از انواع رنگی آن که به وسیلهٔ اختلاط به وجود آمده کوتاه و در مقابل سرما مقاوم است.

برای مصارف دارویی ریزوم آن را پس از جمع‌آوری کاملاً پاک نموده ریشه‌ها و قسمت‌های سبز آن را می‌برند و به صورت تازه یا خشک مصرف می‌کنند. این ساقه طعم قابض و خنک‌کننده دارد. این گیاه محتوی آلکالوئیدهایی است که زیاد شناخته نشده‌اند (نوفارین، نوفاردین) و نوعی گلوکوزید به نام نیم‌فئین دارد. ماده نوفاردین هم اکنون تحت بررسی قرار دارد، زیرا تصور می‌شود این ماده اثر سیتواستاتیک (ضد تومور) داشته باشد. مواد مؤثرهٔ موجود در آن ضربان قلب و تحریکات جنسی را کاهش می‌دهد و در ترکیبات صنعتی علیه تحریکات جنسی به کار می‌رود. جوشانده آن قابض و بندآورنده خون است.

1. Nymphéa Blanc

ریحان[1]

Ocimum basilicum L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا شهریور



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی، یکساله، با ساقه‌ای چهارگوش و شاخه‌دار است. برگ‌های آن دمدار، متقابل و بیضی‌شکل است. در قسمت بالای ساقه از بغل برگ‌ها گل‌های سفید، صورتی یا زرد طلایی رنگ به طور چتری می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و چهارقسمتی است. تمام قسمت‌های گیاه پرزدار و معطر است. موطن اولیه این گیاه جنوب آسیا بوده و از قدیم به دلیل معطر و تزیینی بودن و همچنین به عنوان گیاهی دارویی و عسل‌دهنده کشت می‌شده است. در قرون وسطی آن را گیاهی جادویی می‌دانستند. در حال حاضر ریحان را در مزارع می‌کارند.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را هنگامی که گیاه گل کرده است می‌چینند. این کار را می‌توان چند بار در سال انجام داد. سپس آن را در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این گیاه عطری خوشایند دارد و شورمزه است. سرشاخه‌ها محتوی اسانس روغنی، تانن‌ها، گلوکوزیدها و ساپونین هستند که از آن‌ها علیه کاتاره‌های مزمن معده، دل دردها، گاز شکم و یبوست استفاده می‌کنند. مقدار مصرف برای تهیه دم‌کرده دو قاشق مرباخوری از خشک شدهٔ آن در هر فنجان آب است و از آن علیه بیماری‌های مجاری فوقانی تنفسی، سرفه، سیاه سرفه و در ورم مجاری ادرار استفاده می‌کنند. در مصارف خارجی ریحان را برای حمام‌های طراوت‌بخش و خصوصاً به شکل اسانس مصرف می‌کنند و از آن در کمپرس روی زخم‌ها و به صورت غرغره نیز استفاده می‌کنند.

اسانس ریحان در صنایع عطرسازی و ساخت بخورها و در صنایع غذایی به عنوان ماده معطر به کار می‌رود.

1. Basilic

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: ریشه: مرداد تا آبان و اسفند و فروردین

اونونیس[1]

Ononis spinosa L.



(تیرهٔ سبزی‌ها)؛ بوته یا درختچه‌ای با ریشه‌ای چوبی است و تمام ساقه‌های بالارونده و شاخه‌های آن پوشیده از برگ و تیغ است. برگ‌های قسمت پایینی آن سه برگچه‌ای و برگ‌های بالایی آن ساده و غده‌دار هستند. گل‌های صورتی‌رنگ آن به طور گروهی در خوشه‌های کم پشت می‌رویند. میوهٔ غلاف‌دار (شکل پایین سمت چپ) و تمام گیاه پوشیده از پرز است. این گیاه در آسیا، اروپا و شمال آفریقا به طور خودرو روی تپه‌های خشک، در حاشیه مزارع و جاده‌ها، خصوصاً روی زمین‌های آهکدار می‌روید. برای مصارف دارویی آن را در مزارع می‌کارند.

ریشه‌های این گیاه را با وسیله مخصوصی از زمین بیرون می‌آورند، چرا که ریشهٔ آن به هم پیچیده و شاخه‌شاخه است و به سختی از خاک بیرون می‌آید. پس از پاک کردن ریشه‌های کوچک آن را جدا می‌کنند و از طول می‌برند. سپس در جریان هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. ریشهٔ خشک‌شدهٔ آن را می‌توان به راحتی خرد کرد. ریشه محتوی نوعی اسانس روغنی، تانن‌ها، ماده لیپیدی و نوعی گلوکوزید به نام اونونین[2] است. این گیاه مدر بسیار خوبی است و مواد محرکه موجود در آن ضدعفونی‌کننده ادرار و مسهل صفرا هستند. همچنین اثر مثبتی روی مبادلات متابولیکی دارد، فشار را پایین می‌آورد و ضد روماتیسم است. استفاده از آن بهتر است با دستور پزشک باشد. بهتر است مخلوط آن را با دیگر گیاهان به صورت ترکیبی مصرف کرد.

1. Bugrane 2. Ononine

ثعلب[1]

Orchis morio L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت ـ خرداد

زمان برداشت: غده‌ها: اردیبهشت ـ خرداد



(تیرهٔ ثعلب)؛ گیاهی علفی، پایا، با غده‌های گرد است. ساقه آن راست است و در نوک آن خوشه‌ای از گل‌های قرمز متمایل به بنفش می‌روید. برگ‌های پایینی نیزه‌ای شکل هستند و برگ‌های بالایی به صورت غلافی دور ساقه قرار گرفته‌اند. میوهٔ آن به صورت کپسولی و محتوی دانه‌های ریزی است. این گیاه به طور خودرو در آسیا و اروپا در مرغزارهای خشک، روی دامنه‌ها و بیشه‌زارها می‌روید. در قدیم از آن به عنوان گیاهی که قوه باه را زیاد می‌کند استفاده می‌شد و به علت جمع‌آوری بی‌رویه و دخالت‌های بشر در محیط طبیعی ارکیده‌ها روز به روز در طبیعت کمیاب‌تر می‌شود.

غده‌های این گیاه را به نام ثعلب (که نام ژنریک تمام غده‌های ارکیده‌هاست) جمع‌آوری می‌کنند و پس از این‌که کاملاً پاک نمودند، غده‌ها را برای خشک کردن روی سبد می‌چینند یا به نخ می‌کشند. آن‌ها محتوی ۵۰درصد لعاب هستند که هیدرولیز شده تبدیل به مانوز و گلوکوز می‌گردد و همچنین ۳۰ درصد نشاسته، آلبومین و قند دارند. عطاری‌های قدیم از این گیاه در ترکیبات بهداشتی علیه ناراحتی‌های معده ـ روده‌ای استفاده می‌کردند. غده‌های ثعلب را برای تهیه لعاب ثعلب به کار می‌برند و برای این کار پودر آن را در آب سرد رقیق نموده (به نسبت ۰/۱) سپس به آرامی و با احتیاط آب‌جوش به آن اضافه می‌کنند و گهگاه به هم می‌زنند تا کاملاً سرد شود (به نسبت ۱۰ به ۱۰۰). لعاب ثعلب هنوز در درمان کاتاره روده‌ای به طور خوراکی یا برای شستشوی رکتال به کار می‌رود. امروزه سعی بر این است تا هر چه بیش‌تر مواد دیگری را جایگزین این گیاه کنند.

1. Orchis Bouffon

مرزنگوش (مرزنجوش)[1]

Origanum majorana L.(syn.: *Majorana hortensis* MOENCH.)

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: مرداد تا شهریور



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی، یکساله و در بعضی مواقع دوساله با ساقه‌ای راست و شاخه‌دار و برگ‌های متقابل بیضی‌شکل است. گل‌های سفید و ریز آن از بغل برگ‌ها در خوشه‌های به هم فشرده‌ای می‌رویند. میوه آن به صورت فندقه و چهار قسمتی است و فقط در مناطق گرمسیری تشکیل می‌شود. تمام قسمت‌های گیاه دارای عطر خوشایندی است. موطن اولیه آن مدیترانه بوده و از قدیم آن را می‌کاشته‌اند. مصری‌ها، یونانی‌ها و رومی‌ها از موارد مصرف آن اطلاع داشته‌اند. در دوران جنگ‌های صلیبی این گیاه در تمام اروپا گسترده شد.

برای مصارف طبی سرشاخه‌های آن هنگامی که گیاه کاملاً گل کرده در هوای آفتابی می‌چینند. گیاه پس از مدتی دوباره جوانه می‌زند. بنابراین برداشت را تا سه بار در سال می‌توان تکرار نمود. سرشاخه‌های چیده شده را به صورت دسته‌ای درمی‌آورند و در محلی که هوا جریان داشته باشد یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی ۱ تا ۲ درصد اسانس روغنی که ۶۰ درصد آن ترپینئول[2] است، تانن‌ها و شیره‌های تلخ، کاروتن‌ها و ویتامین C هستند و علیه ناراحتی‌های هاضمه مؤثرند، چراکه ترشح عصاره معده را تحریک نموده، اشتها را بالا برده گاز شکم را کاهش می‌دهند (مقوی معده، ضد بیماری‌های دهان و دافع گاز شکم). این گیاه همچنین به عنوان آرام‌کننده سیستم اعصاب در صورت وجود ناراحتی در سیستم نباتی و تشنجات عصبی به‌کار می‌رود. مقدار مصرف آن در جوشانده یک قاشق مرباخوری در هر فنجان آب است که روزانه دو فنجان از آن می‌نوشند. از این گیاه در ترکیب مرهم‌ها برای درمان روماتیسم استفاده می‌شود.

1. Marjolaine   2. Terpinéol

آویشن کوهی (مرزنگوش وحشی)[1]

Origanum vulgare L.

دوران گل‌دهی: تیر ـ مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: تیر ـ مرداد

(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی پایا، با ساقه‌ای راست به رنگ قرمز کم‌رنگ و پوشیده از برگ‌های متقابل بیضی‌شکل و کوتاه است. ساقه در قسمت فوقانی شاخه‌دار است و در نوک شاخه‌ها خوشه‌ای از گل‌های بنفش می‌روید. میوهٔ آن فندقه و چهار قسمتی است (شکل پایین سمت راست). این گیاه در آسیا و اروپا روی تپه‌های خشک و آفتابگیر و در بیشه‌زارهای روشن می‌روید. این گیاه اخیراً به عنوان دارویی عمومی شناخته شده است.

برای مصارف طبی سرشاخه‌های آن را در اوایل گل کردن گیاه و در وسط روز جمع‌آوری می‌کنند. قسمت‌های جمع‌آوری شده را در لایه‌های نازک در سایه یا به طور دسته‌ای در محلی که هوا کوران داشته باشد آویزان می‌کنند تا خشک شوند. گیاه خشک شده معطر است و طعمی تلخ دارد. آن‌ها را در محلی خشک و در ظروف دربسته نگهداری می‌کنند. گیاه خشک شده محتوی ۰/۴ درصد اسانس روغنی که ماده اصلی ترکیبی آن تیمول[2] است و عصاره‌های تلخ و ۸ درصد تانن‌هاست. از آن‌ها در ترکیبات جوشانده‌های ضدسرفه استفاده می‌کنند، زیرا ضدعفونی‌کننده، خلط‌آور و ضد تشنج هستند. همچنین این گیاه در درمان بی‌اشتهایی، ناراحتی‌های هاضمه یا صفراوی و اسهال مؤثر است. مقدار آن برای دم‌کردن یک قاشق مرباخوری در هر فنجان آب است که از آن علیه خستگی عصبی، ضعف عمومی بدن و ناراحتی‌های جنسی استفاده می‌شود. در مصارف خارجی این گیاه را می‌توان در غرغره‌ها، شستشوها یا بخور به کار برد.

این گیاه همچنین عطردهنده خوبی است (خصوصاً در ایتالیا به مقدار زیاد مورد مصرف دارد) و برای معطر ساختن گوشت‌های چرخ کرده و گوشت شکار به کار می‌رود. این گیاه عسل دهنده بسیار خوبی است.



1. Origan commun

2. Thymol

ترشک[1]

Oxalis acetosella L.

دوران گل‌دهی: فروردین تا شهریور و مهر

زمان برداشت: شاخه‌های برگدار: فروردین و شهریور و مهر



(تیرهٔ اکسالیداسه)؛ گیاهی پایا، با ریزومی نازک و خزنده است. ساقهٔ آن باریک است. برگ‌ها با دمبرگ‌های بلند و سه برگچه‌ای‌اند و برگچه‌ها واژقلبی شکل هستند که معمولاً شب‌ها و هنگامی که هوا نامساعد است حول رگبرگ وسطی روی هم تا می‌شوند. گل‌های سفید یا زرد آن به طور منفرد دیده می‌شوند. گل‌ها نیز دمگل‌های بلندی دارند. گرده‌افشانی این گل‌ها توسط حشرات صورت می‌گیرد و گل‌هایی که دمگل‌های کوتاهی دارند خودبارور هستند. میوهٔ آن به صورت کپسول است (شکل پایین سمت چپ) و هنگامی که می ترکد دانه‌های ریز خود را به اطراف می‌پراکند (شکل پایین سمت راست). این گیاه در تمام نقاط معتدل نیمکره شمالی و همچنین شمال آفریقا می‌روید و در جنگل‌های مرطوب و تاریک در میان خار و خاشاک و بیشه‌ها سطح زمین را می‌پوشاند.

شاخهٔ برگدار آن را در بهار و پاییز زمانی که گیاه دوباره گل می‌کند می‌چینند. این قسمت‌ها را در سایه و در کوران هوا ضمن خشک کردن دائم از این رو به آن رو می‌کنند. گیاه خشک شده همانند تازه آن سرشار از اسید اکسالیک است که به مقدار کم مدر است. در طب مردمی از این گیاه به طور تازه و از شیرهٔ آن که در بهار دارای ذخیره‌ای از ویتامین C است به عنوان داروی ضد اسکوربوت استفاده می‌شود. کمپرس برگ‌های خرد شدهٔ آن برای کاهش آماس به کار می‌رود و در صورت تورم لثه‌ها گیاه تازه آن را می‌جوند. این گیاه امروزه به ندرت مورد استفاده قرار می‌گیرد.

1. Oxalis

گل صد تومانی[1]
Paeonia officinalis L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد
✝ زمان برداشت گل‌ها: اردیبهشت و خرداد.
ریشه: اسفند و فروردین، دانه‌ها: شهریور و مهر



(تیرهٔ گل صدتومانی)؛ گیاهی زینتی، پایا، با غده‌ای زیرزمینی است. ساقهٔ آن منشعب، بدون پرز و پوشیده از برگ‌های منقسم است. گل‌های سفید یا سرخی در انتهای شاخه‌ها می‌روید. میوه به صورت کپسولی و محتوی دانه‌های سیاه و درخشان (شکل پایین سمت راست) است. موطن اصلی این گیاه جنوب شرقی اروپا بوده و انواع مختلفی از آن به عنوان گل زینتی کشت می‌شده است. نوع پُر پر آن با گل‌های قرمز پررنگ بیش‌تر از همه مورد توجه است.

برای مصارف دارویی گل‌ها و در بعضی موارد ریشه و دانهٔ آن را جمع‌آوری می‌کنند. گل‌های نوع پُر پر را که قرمز رنگ هستند با دست می‌چینند، سپس در لایه‌های نازک در سایه طوری خشک می‌کنند که غنچه‌ها عطر و رنگ خود را حفظ کنند. ریشه‌ها را در بهار از زمین خارج کرده پس از بریدن آن به قطعات کوچک‌تر خشک می‌کنند و دانه‌ها را زمانی که رسیدند در پاییز جمع‌آوری می‌کنند. تمام این قسمت‌ها محتوی (به نسبت‌های متغیر) گلوکوزیدها، نوعی آلکالوئید، پرنینین[2]، تانن‌ها، قند و لعاب هستند. گل‌ها ماده‌ای رنگی به نام پئونیدین[3] دارند. از این گیاه علیه تشنجات عضلات صاف، به عنوان آرام‌کننده بحران‌های آسم، صرع، علیه دردهای نقرس و به عنوان سقط‌کننده استفاده می‌کنند. امروزه این گیاه را فقط به طور مخلوط و تحت نظر پزشک مصرف می‌کنند. از غنچه‌های خشک شدهٔ آن برای تغییر حالت و بوی دم‌کرده‌ها و شربت‌ها استفاده می‌شود.

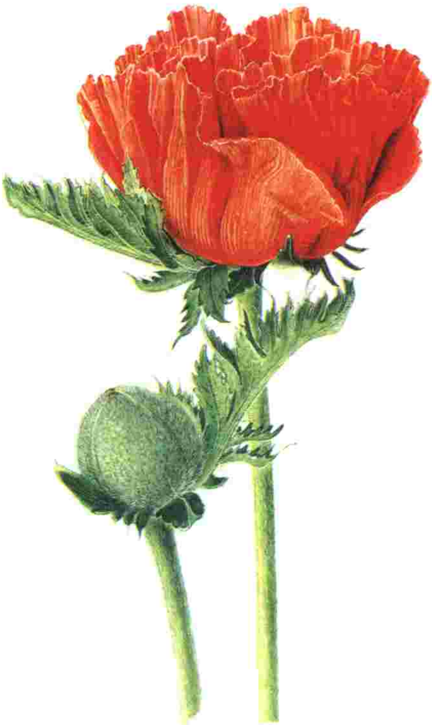
1. Pivoine officinale
2. Pérégninine
3. Péonidine

شقایق سیاه[1]

Papaver bracteatum LINDL.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا تیر

زمان برداشت: ریشه‌ها: شهریور و مهر



(تیرهٔ خشخاش)؛ گیاهی پایا، با ریشه‌ای عمودی و منشعب است. سال اول بوته‌ای زمینی با برگ‌هایی گسترده در سطح زمین از آن می‌روید. سال دوم و سال‌های بعد ساقه راست گیاه ظاهر می‌شود و در انتهای آن گل‌های بزرگ قرمز رنگی می‌شکفد. درست قبل از گل دادن برگ‌های سبز دم‌داری می‌روید که وجه تمایز بین این نوع و شقایق شرقی است. میوهٔ آن به صورت کپسولی و محتوی دانه‌های قهوه‌ای رنگ است. شکل‌های پایین دانه‌های این گیاه و شقایق روآس و خشخاش را نشان می‌دهد. تمام این گیاه پوشیده از تارهای بلند و سفیدرنگ است. موطن اولیه این گیاه جنوب شرقی آسیاست در قرن هیجدهم این گیاه وارد باغ‌های گیاه‌شناسی شد و سپس در اروپا به عنوان گیاه تزیینی کشت شد.



در صنعت داروسازی ریشهٔ این گیاه را پس از دو تا سه سال که از عمر گیاه گذشت بیرون می‌آورند، کاملاً پاک می‌کنند و می‌شویند. سپس قسمت‌های سبز آن را می‌برند و در حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی آلکالوئیدهای سمی (تبائین، آلپینی‌ژنین، اوریپاوین[2]) هستند. تبائین به دست آمده به عنوان ماده اولیه‌ای در ساخت کدئین[3] سپس مرفین و دیگر مواد سمی که در ساخت داروها به‌کار می‌روند مورد استفاده قرار می‌گیرد. بدن انسان به تبائین عادت نمی‌کند، و نمی‌توان آن را مستقیماً استفاده کرد. البته احتمال ایجاد اعتیاد به آن کم است و این چیزی است که نشانگر اهمیت کشت این گیاه برای جامعه است. هنوز زمان زیادی برای انجام مطالعات تکمیلی روی این گیاه مورد نیاز است.

1. Pavot

2. Thébaïne, Alpinigénine, Oripavine

3. Codéine

شقایق[1]

Papaver rhoeas L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا شهریور

زمان برداشت: گل‌ها: اردیبهشت تا مرداد



(تیرهٔ خشخاش)؛ گیاهی علفی یکساله با ساقه‌ای راست و منشعب است. برگ‌های آن شانه‌ای و متناوب است. از بغل برگ‌ها گل‌هایی با دمگل بلند می‌رویند که در حالت غنچه خمیده و رو به پایین هستند و پس از شکفتن افراشته می‌شوند. گل‌ها بزرگ با چهار عدد گلبرگ به رنگ قرمز آتشین و لکه‌های سیاه در پایین هستند و میوه کپسول است. تمام اندام‌های گیاه کرکدار و محتوی مقدار کمی شیرابه است. این گیاه روی خاک‌های دستی خرابه‌ها، به صورت علف هرز در باغ‌ها و مزارع می‌روید. گل‌های این گیاه در قدیم به خاطر اثرات آن روی بیماری‌های ریوی شناخته شده بود و به عنوان خواب‌آور برای کودکان استفاده می‌شد.

غنچه‌های قرمز این گیاه را درست قبل از شکفته شدن در هوای خوب و ساعات وسط روز با دست جمع‌آوری، سپس در لایه‌های نازک در سایه و در جریان هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. غنچه‌های خشک شده باید در ظروف دربسته و دور از نور نگهداری شوند. آن‌ها محتوی مقدار کمی از آلکالوئیدهایی مانند روئدین، روئژنین و روئروبین[2]، همچنین نوعی ماده رنگی آنتوسیانیک[3] قرمزند. در طب مردمی از این گیاه به عنوان آرام‌کننده، علیه گرفتگی صدا و سرفه‌های شدید استفاده می‌کنند. دم‌کرده‌ای به مقدار دو قاشق مرباخوری از غنچه این گیاه در هر فنجان آب تهیه می‌کنند. غنچه‌ها سمی نیستند، ولی دیگر قسمت‌های گیاه کمی سمی‌اند. دیگر شقایق‌های وحشی فاقد مواد مؤثره‌اند و جمع‌آوری نمی‌شوند.

1. Coquelicot
2. Rhoeadine , Rhoeagénine, Rhoćarubine
3. Anthocyanique

خشخاش [1]

Papaver somniferum L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

† زمان برداشت: کپسول‌های نارس: تیر و مرداد. کپسول‌های رسیده: مرداد و شهریور



(تیرهٔ خشخاش)؛ گیاهی علفی و یکساله است که به خاطر استفاده‌های مختلف و متفاوت اعم از تغذیه‌ای، روغنی، دارویی و غیره کاشته می‌شود. ریشه آن عمودی و ساقه‌اش بلند و منشعب است. برگ‌های آن بی‌دم و بیضی‌شکل و دندانه‌دارند. در انتهای ساقه‌ها گل‌های زیبای بزرگ سفید متمایل به صورتی می‌روید. میوه آن کپسولی است. در تمام گیاه شبکه‌ای از رگه‌های شیرابه‌دار موجود است که در آن شیره سفیدی جریان دارد. تمام قسمت‌های گیاه بجز دانه‌های رسیده آن سمی است.

صنعت داروسازی عصاره خشک شده‌ای را که پس از برش دادن روی کپسول‌های نرسیده آن به دست می‌آید و همان تریاک است و همچنین کپسول‌های نرسیده این گیاه را پس از خشک شدن و کپسول‌های رسیده آن را بدون دانه‌های درونش و همراه با قسمت کوچکی از پایه آن مورد استفاده قرار می‌دهد. خصوصاً از کپسول‌های رسیده آلکالوئیدهای مختلفی استخراج می‌شود. تریاک حدود ۲۵ نوع از این آلکالوئیدها را دربردارد که مهم‌ترین آن‌ها مرفین (تا ۲ درصد در ترکیب تریاک) است. مرفین آرام‌کننده سیستم مرکزی اعصاب بوده، دردها را کاهش داده سرفه را آرام کرده حرکات دودی روده را کند می‌کند. کدئین (۳ درصد) اثر ضعیف‌تری دارد و علیه سرفه به کار می‌رود پاپاورین موجود در آن ضد تشنج عضلات صاف است و از آن علیه اسهال، دردهای صفراوی و غیره استفاده می‌شود. تمام آلکالوئیدهای تریاک مخدر هستند. مصرف طولانی آن‌ها باعث مسمومیت مزمن و منجر به ایجاد ضایعات فیزیکی و سپس مرگ می‌شود.

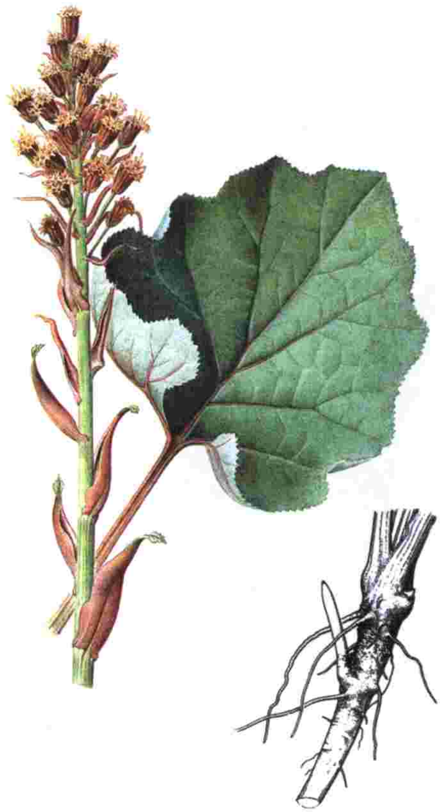
تریاک، تنطور تریاک و تمام دیگر ترکیبات آلکالوئیدهای تریاک تحت کنترل قوانین بین‌المللی مواد مخدر قرار دارند.

1. Pavot somnifére, oeillette

پتازیت دورگ[1]

دوران گل‌دهی: اسفند و فروردین
زمان برداشت: ساقه زیرزمینی: بهمن و اسفند. برگ‌ها : فروردین و اردیبهشت

Petasites hybridus (L.) PH. GARTN.,B. MEY. et SCHERB.



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی علفی و پایاست. این گیاه در تمام اروپا در نقاط مرطوبی که کم و بیش باقی مانده و در کنار جویبارها می‌روید. در اوایل بهار از ساقهٔ زیرزمینی آن گل‌آذین خوشه‌ای با گل‌های بنفش‌رنگی می‌روید، پس از آن برگ‌های بزرگی به شکل قلب با دم‌برگ‌های بلندی فضای اطراف گیاه را می‌پوشاند. میوه آن فندقه و کاکل‌دار است. از این گیاه در قدیم برای دور کردن طاعون استفاده می‌کردند.

در بیش‌تر موارد ساقه‌های زیرزمینی آن را برای مصارف دارویی جمع‌آوری می‌کنند و در نقاطی که این گیاه فراوان باشد، بدون آن‌که در این امر افراط شود ریشهٔ آن را از خاک بیرون می‌آورند و پس از شستن در لایه‌های نازک در سایه پهن می‌کنند تا خشک شود. در صورت استفاده از خشک‌کن درجه حرارت آن نباید از ۴۰ درجه سانتیگراد فراتر رود. ساقه خشک شدهٔ این گیاه عطری نامطبوع و طعمی تلخ دارد و محتوی نوعی اسانس روغنی، نوعی عنصر اصلی تلخ، تانن‌ها، لعاب اینولین و غیره است. از آن برای مداوای مجاری فوقانی تنفسی، سرفه، گرفتگی صدا و بحران‌های آسمی استفاده می‌شود. این گیاه اثر ضدعفونی‌کننده نیز دارد. برگ‌های آن را جمع‌آوری نموده پس از خشک شدن مثل ریشه‌ها مصرف می‌کنند. مقدار مورد استفاده برای دم‌کردن، یک قاشق مرباخوری در هر فنجان آب است که سه بار در روز مصرف می‌شود. این دم‌کرده عرق‌آور و مدر است و خاصیت ضد انگلی نیز دارد. برگ‌های تازه آن در درمان ورم‌ها، ناراحتی‌های پوستی، و غدد متورم شده و دردهای روماتیسمی مؤثرند.

برگ‌های تازه این گیاه در دامپزشکی برای التیام زخم‌ها به‌کار می‌رود. این گیاه همچنین گرده زیادی می‌دهد و عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Pétasite officinal

جعفری[1]

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: ریشه: مهر تا آبان و اسفند. سرشاخه و برگ‌ها: خرداد تا آبان. میوه‌ها: مرداد و شهریور

Petroselinum crispum (MILL.) NYM.ex A.W.HILL (syn.: *Petroselinum hortense* HOFFM.)



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی علفی دوساله، با ریشه‌ای مخروطی و سفیدرنگ است. در سال اول برگ‌های زمینی که عمیقاً بریده و منقسم هستند ظاهر می‌شود و در سال دوم بوته‌ای پرشاخه با برگ‌های متناوب از آن تولید می‌شود که در انتهای شاخه‌ها چترهای گل به رنگ سبز متمایل به زرد می‌روید. میوهٔ آن فندقه و دوقسمتی و تمام گیاه معطر است. موطن اولیه جعفری مدیترانه است. جعفری معمولی را به خاطر برگ‌هایش و جعفری غده را به خاطر استفاده از ریشه‌اش می‌کارند.

در طب از میوه‌ها و ریشهٔ این گیاه استفاده می‌شود. ریشهٔ آن را خوب تمیز می‌کنند و از طول می‌برند و در حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. چترها را وقتی که حدود نیمی از دانه‌ها رسیدند می‌چینند و در داخل کیسه پارچه‌ای قرار می‌دهند و پس از خشک شدن می‌کوبند تا دانه‌ها جدا شوند. از میان مواد مؤثرهٔ موجود در آن‌ها خصوصاً می‌توان از اسانس روغنی (تا ۷ درصد در دانه‌ها)، نوعی گلوکوزید، آپین[2] و غیره نام برد. ریشه آن حدود ۵ درصد اسانس روغنی دارد. این گیاه کلیه‌ها را تحریک می‌کند و به همین سبب مدر است. جعفری در ترکیبات جوشانده‌های مدر وجود دارد. مقدار کم آن اشتها و کار جهاز هاضمه را تحریک می‌کند. مقدار مصرف آن در جوشانده به مقدار چهارقاشق مرباخوری از ریشه برای هر فنجان آب است که سه بار در روز می‌نوشند. مصرف آن به مقدار زیاد باعث جمع‌شدن مخاط معده و انقباض رحم می‌گردد. بنابراین در دوران حاملگی در مصرف آن باید احتیاط کرد. مصرف موادی که از مقدار زیادی ریشه یا دانه جعفری تهیه شده‌اند مسموم‌کننده است.

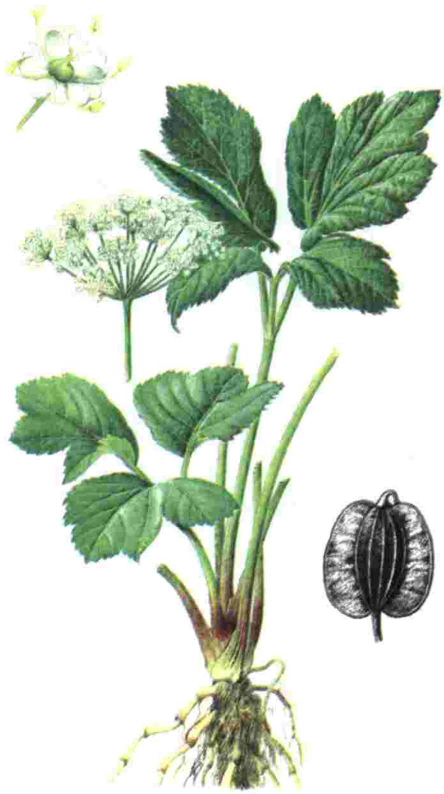
عصاره ریشه تازه آن برای التیام زخم‌ها مفید و ضد التهاب (نیش حشرات) است.

1. Persil
2. Apiine

عسل النبی[1]

دوران گل‌دهی: خرداد و مهر
زمان برداشت: ساقه‌های زیرزمینی: شهریور تا آبان و اسفند تا فروردین

Peucedanum ostruthium (L.)W.D.J.KOCH (syn.: *Imperatoria ostruthium* L.)



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزوم ضخیم و ساقه‌ای بلند و توخالی است. در انتهای ساقه‌ها چترگل‌های سفید رنگ می‌روید. برگ‌های پایینی آن سه‌قسمتی با دم بلند و برگ‌های ساقه‌ای بدون دمبرگ هستند و به صورت غلافی به ساقه متصل شده‌اند. میوهٔ آن فندقهٔ دوقسمتی و بیضی‌شکل است (شکل پایین). این گیاه به طور خودرو در مناطق کوهستانی و بیش‌تر اوقات در اطراف جویبارها و در مرغزارهای مرطوب و در کنارهٔ چشمه‌ها می‌روید. اغلب این گیاه را در نزدیکی نقاط مسکونی می‌کارند که به سرعت به محیط جدید خود عادت می‌کند.

ریزوم آن را در بهار و پاییز قبل از سبز شدن گیاه از خاک درمی‌آورند و پس از آن که کاملاً شسته شد و ریشه‌های کوچک و قسمت‌های سبز آن را قطع کردند، آن را می‌برند و در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. خشک‌شدهٔ آن دارای عطر نافذ و طعمی تند است که باعث ترشح زیاد بزاق دهان می‌شود. آن‌ها را باید در محلی خشک و در ظروف دربسته نگه داشت. آن‌ها سرشار از نوعی اسانس روغنی که دارای لیمونن، فلاندرن و پینن است و همچنین مواد اصلی تلخ و تانن‌ها هستند. آن‌ها خصوصاً مدر بوده علیه ناراحتی‌های هاضمه، ضعف معده، گاز شکم و کاتاره‌های روده‌ای مؤثرند. پودر آن را به مقدار نیم الی دوگرم، دو تا سه بار در روز یا به شکل خیسانده سرد به مقدار یک قاشق مرباخوری (هشت ساعت خیسانده شده باشد) در روز مصرف می‌کنند. مصرف این گیاه به مقدار زیاد سمی است.

1. Peucédan impératoire, benjoin

لوبیای معمولی[1]

Phaseolus vulgaris L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: پوسته غلاف‌ها : مرداد و شهریور



(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی کشت شده و یکساله است. طول ساقه بسته به انواع مختلف فرق می‌کند و در نوع بالارونده به بیش‌تر از سه متر نیز می‌رسد. برگ‌ها متناوب و سه برگچه‌ای هستند. خوشه‌های گل به رنگ‌های مختلف از بغل برگ‌ها ظاهر می‌شوند و میوه نیام است. موطن اولیه آن مناطق حارهٔ امریکا بوده و امروزه در سراسر دنیا کشت می‌شود. این گیاه به عنوان سبزی (تازه یا خشک) و به عنوان گیاهی تزیینی کاشته می‌شود. البته نوعی از آن را که غلاف سبز آن نخ ندارد و رنگ آن سبز یا زرد است به عنوان سبزی تازه مصرف می‌کنند و نوعی را که دانه‌های سفیدی دارد به عنوان حبوبات استفاده می‌کنند.

برای مصارف دارویی پوسته غلاف میوه‌های رسیده آن را پس از بیرون آوردن دانه‌هایش جمع‌آوری می‌کنند. پوسته‌ها باید به رنگ زردکم‌رنگ باشند و لکه قهوه‌ای روی آن‌ها نباشد و خوب خشک شوند. آن‌ها محتوی اسیدهای آمینه (آرژینین، آسپاراژین)[2]، ویتامین C، مواد معدنی و نشاسته هستند، همچنین اثر مدر و پایین‌آورنده قند خون دارند. از آن در ترکیبات جوشانده‌های ضد ناراحتی‌های کلیوی، قلبی و روماتیسمی و به عنوان کمک درمان در بیماری دیابت استفاده می‌کنند. دانه‌های ساییده آن نیز همین اثرات را دارند. آرد لوبیا به عنوان ضمادی گرم برای التیام اگزماهای شدید و همراه با خارش استفاده می‌شود.

1. Haricot commun
2. Arginine , Asparagine

عروسک پشت پرده[1]

Physalis alkekengi L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مرداد

زمان برداشت: میوه‌ها: شهریور تا آبان



(تیرهٔ سیب‌زمینی)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزومی خزنده و ساقه‌ای گوشه‌دار و راست است. برگ‌ها دم دارند و در گروه‌های دوتایی قرار گرفته‌اند. در قسمت فوقانی ساقه از بغل برگ‌ها گل‌های سفیدی می‌روید. کاسه گل آن‌ها به شکل پوسته‌ای با شبکه رگبرگی رشد می‌کند و پس از گل دادن به صورت کیسه‌ای درمی‌آید و میوه گرد آن را احاطه می‌کند. رنگ آن پرتقالی یا نارنجی و میوه آن به رنگ پرتقالی یا قرمز و سته است. این گیاه را اغلب در باغ‌ها می‌کارند که از آن‌جا نیز به آسانی به نقاط دیگر گسترش می‌یابد.

برای مصارف دارویی میوهٔ رسیده آن را از داخل کیسه خشک شده آن بیرون می‌آورند و روی شبکه‌های توری در سایه پهن و خشک می‌کنند یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت این کار را انجام می‌دهند. آن‌ها بدون بو هستند و طعمی تلخ دارند. این میوه‌ها محتوی نوعی ماده اصلی تلخ به نام فیزالین[2]، آلکالوئیدها، مواد رنگی آلی و مقدار زیادی ویتامین C هستند. این مواد دفع اسید اوریک را تسریع می‌کنند و بنابراین در ناراحتی‌های کلیوی و مجاری ادرار، نقرس و روماتیسم‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد. از میوه‌های رسیده این گیاه دم‌کرده‌ای به مقدار ۱۵ تا ۳۰ گرم در نیم‌لیتر آب تهیه می‌کنند و دو لیوان در روز می‌آشامند. به خاطر وجود مقدار زیادی ویتامین C در این میوه‌ها دم‌کرده آن را در بهار و در دوران نقاهت نیز مصرف می‌کنند. همچنین در سالاد می‌توان از میوه‌های تازه و بدون غلاف آن که تلخ است استفاده کرد.

این گیاه به عنوان گیاهی تزیینی خصوصاً در زمستان یعنی هنگامی که غلاف آن خشک شده و رنگ و فرم خود را حفظ نموده است، بسیار مورد توجه است.

1. Physalis commun

2. Physaline

دوران گل‌دهی: تیر تا مرداد

زمان برداشت: میوه‌ها: مرداد و شهریور

بادیان رومی[1]

Pimpinella anisum L.



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی است علفی و یکساله. موطن اولیـه آن حوزهٔ مـدیترانـه بـوده است. سـاقهٔ آن راست، مـنشعب است و برگ‌هایش سه‌قسمتی تا شانه‌ای هستند. گل‌آذین به صورت چتر مرکب با گل‌های سفید رنگ است. میوه فندقه و دوقسمتی است. تمام گیاه حاوی نوعی اسانس روغنی معطر است. بادیان رومی یکی از قدیمی‌ترین گیاهان دارویـی دنـیاست و مـعتقد بودند که این گیاه انسان را جوان نگه می‌دارد و ضد سم است.

برای مصارف دارویی میوهٔ آن را به طور مکانیکی در مقادیر زیاد برداشت می‌کنند و سپس می‌گذارند تا گیاه خشک شود، بعد آن را می‌کوبند و دانه‌ها را جمع‌آوری می‌کنند. دانه‌های خشک شده را باید در ظرف‌های دربسته و در محلی خشک نگهداری کرد. آن‌ها محتوی نوعی اسانس روغنی شامل آنتول و همچنین آلبومین‌ها، قندها و اسیدهای آلی‌اند. اسـانس ایـن گـیاه را در ترکیباتی که دافع نفخ کودکان است به‌کار می‌برند و با اضـافه کردن شکر به عنوان خلط‌آور در طب کودکان مصرف می‌شود. این گـیاه هـمچنین اثـر ضـد تشـنجی قـوی دارد و کـار غـدد آندوکرین، از جمله غدد شیری را تحریک می‌کند.

از اسانس بادیان رومی بـرای مـعطر سـاختن بسـیاری از داروها استفاده می‌شود. این گیاه اثر ضد باکتری و ضد حشره دارد و عصاره‌های الکلی آن خلط‌آورهای خوبی هستند. از این گیاه به وفور در کنسروسازی، لیکورسازی و مرباسازی استفاده می‌شود.

1. Anis vert

بوکاژ[1]

Pimpinella saxifraga L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: ریشه: اسفند، فروردین، مهر و آبان



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی علفی، پایا، بـا ریشـه‌ای دوکـی‌شکل و ساقه‌ای راست، منشعب و اغلب پرزدار است. برگ‌های پایینی آن تک‌شانه‌ای و مـرکب از بـرگچه‌های دنـدانـه‌دار هستند. برگ‌های روی ساقهٔ آن بیش‌تر چـندقسمتی فـاقد دمـبرگ و دارای یک پوسته غلافی هستند. گـل‌های کـوچک سـفید آن چترهای مرکبی تشکیل می‌دهند. میوهٔ آن فندقه و دوقسمتی است. (شکل پایین سمت راست). این گیاه در قسمت وسیعی از اروپا، آسیا و امریکای شمالی گسترده شده است و قسـمتی از پوشش سبز دشت‌ها و کوهستان‌ها را تشکیل می‌دهد.

برای مصارف دارویی در بهار یا پاییز ریشه‌هایی راکه قبلاً علامتگذاری شده‌اند با دست از خاک بیرون مـی‌آورند پس از شستشوی سریع آن‌ها را از طول می‌برند و در سایه و در جریان کوران هوا و یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها عطری قوی دارند و به سادگی رطوبت را جذب می‌کنند. بـنابرایـن بـاید در مـحلی خشک و در ظـروف دربسـته نگـهداری شـوند. آن‌هـا مـحتوی اسـانس روغـنی، فورکومارین و مشتقات آن‌ها پیمپینلین[2] وتانن‌ها هستند. این دارو به عنوان محرک غدد ترشحی و خلط‌آور در درمان آسم و مجاری تنفسی فوقانی و همچنین در درمان ناراحتی‌های معده، نفخ شکم و اسهال مؤثر است. مقدار مورد نیاز برای تهیه دم‌کردهٔ ریشه آن یک قاشق مرباخوری از ریشـهٔ خشک‌شـده در یک فنجان آب است که دو بار در روز می‌نوشند. همچنین می توان آن را به صورت پودر مصرف کرد. مصرف مقدار زیاد آن برای کلیه‌ها مضر است. در استعمال خارجی از آن در شستشوی زخـم‌ها و غرغره‌ها استفاده می‌کنند.

نوع دیگری از این گیاه به نام بوکاژ بزرگ وجود دارد که دارای اثرات مشابه است.

1. Boucage   2. Pimpinelline

گراست[1]

Pinguicula vulgaris L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: قسمت‌های سبز: خرداد و تیر



(تیرهٔ لانتیبولاریاسه)؛ گیاهی پایا و گوشتخوار است که برگ‌های زمینی آن بیضی‌شکل و چسبناک است. علت این چسبندگی ترشح غددی است که به وسیلهٔ آن حشرات را می‌گیرد و تجزیه می‌کند و بدین طریق ازت مورد نیاز خود را به دست می‌آورد. از وسط بوته ساقه‌ای می‌روید که در انتهای آن گل لوله‌ای شکل و مهمیزداری به رنگ آبی متمایل به بنفش ظاهر می‌شود. میوهٔ آن به صورت کپسول است. این گیاه در مرغزارهای مرطوب خصوصاً در خاک ضعیف به طور کمیاب می‌روید. جمع‌آوری زیاد از حد و تغییرات شرایط طبیعی باعث شده که این گیاه امروزه تقریباً نایاب شود و اغلب مورد حفاظت قانونی قرار گیرد.

برای مصارف دارویی در نقاطی که مقدار زیادی از این گیاه وجود داشته باشد قسمت‌های سبز آن را با دست در موقع گل‌دادن با دقت می‌چینند، سپس در محلی سایه و در جریان هوا یا ترجیحاً در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی آنزیم‌های پروتئولیتیک[2]، اسیدهای آلی و دیگر مواد هستند. این مواد آرامبخش بوده ترشح غدد مجاری فوقانی تنفسی را بیش‌تر می‌کنند. به همین دلیل این گیاه را در صورت وجود سرفه‌های شدید، بحران‌های آسمی یا برونشیت به صورت دم‌کرده و به مقدار دو قاشق مرباخوری از قسمت‌های خشک‌شدهٔ آن برای هر فنجان آب که در طول روز مصرف می‌کنند به کار می‌برند. این دم‌کرده برای کودکان بسیار مناسب است. از برگ‌های تازهٔ آن به عنوان داروی زخم‌ها خصوصاً زخم‌های حاد استفاده می‌گردد.

تخمیرشدهٔ قسمت‌های سبز این گیاه آلبومین شیر را منعقد می‌کند که از این خاصیت در کشورهای شمالی برای تهیه پنیر سفید بهره می‌برند.

1. Grassette 2. Protéolytique

کاج سیلوستر[1]

Pinus sylvestris L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت

زمان برداشت: جوانه‌ها: اسفند و فروردین

(تیرهٔ کاج)؛ درخت بزرگ صمغ‌داری است که در اراضی شنی و سبک می‌روید. پوست تنه و شاخه‌های آن اول به رنگ قرمز است و سپس تبدیل به قهوه‌ای متمایل به خاکستری می‌شود و ترک‌های عمیقی می‌خورد. برگ‌های سوزنی آن سبز سیر و درخشانند و به صورت دسته‌های دوتایی می‌رویند. گل‌های این گیاه یک‌جنسی است. گل‌آذین نر به صورت شاتون در انتهای شاخه‌ها می‌روید و گل‌های ماده مخروط‌هایی تشکیل می‌دهند. موقعی که میوه‌ها رسیدند مخروط‌ها باز می‌شوند و دانه‌های بالدار را آزاد می‌کنند. تمام درخت دارای صمغ است که در برخی مناطق از آن استخراج می‌کنند.

برای مصارف دارویی جوانه‌ها را در بهار هنگامی که هنوز به وسیله پوسته قهوه‌ای رنگ پوشیده هستند با دست جمع‌آوری می‌کنند. جمع‌آوری این جوانه‌ها را قانون محدود کرده است و فقط باید آن‌ها را از روی درخت‌های قطع شده جمع‌آوری کرد. سپس این جوانه‌ها را در لایه‌های نازک در سایه و در کوران هوا خشک می‌کنند. آن‌ها عطری تند دارند و باید در ظروف کاملاً بسته نگهداری شوند. آن‌ها محتوی نوعی اسانس روغنی، اسیدهای چرب، رزین و به مقدار زیادی ویتامین C هستند. از این مواد خیلی کم به طور داخلی بدن مصرف می‌شود، زیرا برای کلیه‌ها مضرند. برای مصارف خارجی بدن از آن‌ها در ترکیبات دارویی که برای بخور، شستشو و تهیه ضماد علیه روماتیسم، ناراحتی‌های پوستی و اولسرها تهیه می‌گردند استفاده می‌شود. از صمغ کاج برای تهیه مرهم پانسمان‌ها برای درمان روماتیسم‌های مفصلی، کوفتگی و ضربدیدگی و سرمازدگی استفاده می‌شود. از گرده این گیاه برای تسکین نقاطی که خارش شدیدی دارند و در ترکیباتی که برای جوان شدن به کار می‌روند استفاده می‌شود.

شکل پایین برگ‌های سوزنی (از چپ به راست) کاج استروبوس[2]، کاج نیگرا[3]، کاج جنگلی و کاج موگو[4] را نشان می‌دهد.



1. Pin sylvéstre 2. P.strobus 3. P.nigra
4. P.mugo

بارهنگ[1]

Plantago lanceolata L.

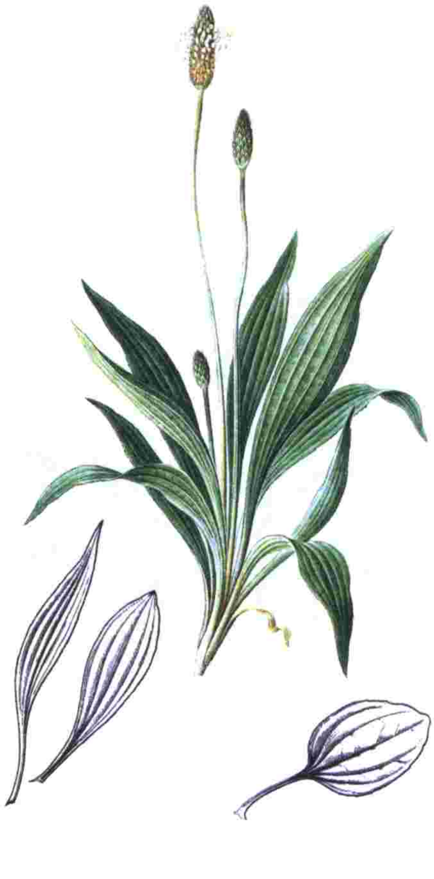
دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا شهریور

زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد تا شهریور

(تیرهٔ بارهنگ)؛ گیاهی علفی و پایاست با برگ‌های مجتمع در طوقهٔ گیاه و سرنیزه‌ای شکل با رگ‌های برجسته. گیاه بلند و توخالی است. گل‌آذین به صورت خوشه‌های استوانه‌ای و میوه به صورت کپسول است. این گیاه در تمام آسیا و اروپا در حاشیهٔ مزارع، مراتع، روی زمین‌های بکر و باغ‌ها می‌روید. برای مصارف دارویی این گیاه را در مزارع یا باغ‌ها می‌کارند.

برگ‌های این گیاه را می‌چینند و در لایه‌های نازک در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. برگ‌های خشک آن نباید قهوه‌ای شوند. از میان موادی که در این گیاه موجود است مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از گلوکوزید اوکوبین (تا ۱/۸ درصد، فرّار است و باعث قهوه‌ای شدن رنگ برگ می‌شود)، کاتالپین[2]، لعاب، کاروتنوئیدها[3]، آنزیم‌ها و اسید سالیسیلیک. بارهنگ داروی آزمایش‌شده‌ای برای درمان ناراحتی‌های مجاری تنفسی فوقانی است، زیرا ضمن خلط‌آور بودن از مخاط نیز حفاظت می‌کند. برای درمان سرفه، سیاه‌سرفه، گرفتگی صدا، و ترشحات برونش‌ها دم‌کرده‌ای به مقدار ۱/۵ گرم از برگ‌های خشک آن تهیه می‌کنند و یک بار در روز می‌نوشند. برای درمان سرفه کودکان از شربت بارهنگ که از عصاره غلیظ آن تهیه و با عسل یا شکر شیرین می‌شود، استفاده می‌کنند. دانه‌های کامل آن ملین مؤثر و بی‌ضرری است. روی آماس‌ها، نقاط ضرب دیده و کوفته شده، زخم‌های عفونی، سوختگی‌ها، روی جای نیش زنبور عسل و زنبورهای درشت می‌توان کمپرس برگ‌های تازه و خرد شده بارهنگ را گذاشت. عصاره بارهنگ به عنوان غرغره در صورت ورم لوزتین و برای شستشوی چشم‌ها به کار می‌رود.

شکل پایین (از چپ به راست) برگ‌های بارهنگ نیزه‌ای، بارهنگ متوسط و بارهنگ بزرگ را با هم مقایسه می‌کند.



1. Plantain Lancéolé

2. Aucubine, Catalpine

3. Caroténoïdes

علف شیر [1]

Polygala amara L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت تا تیر



(تیرهٔ پلی‌گالاسه)؛ گیاهی پایا، با ریزوم و ساقه هوایی کوتاه است. برگ‌ها سرنیزه‌ای شکل و اکثراً مجتمع در قسمت طوقه‌اند و ساقه بسیار کم‌برگ است. در انتهای ساقه خوشه‌ای از گل‌های آبی رنگ دیده می‌شود. میوه آن به صورت کپسول است. این گیاه در اروپای مرکزی به ندرت روی تپه‌های خشک که به سرعت گرم می‌شوند و در بعضی مواقع در نقاط مرطوب و زمین‌های آهکدار می‌روید. نام لاتین این گیاه از یونانی گرفته شده که «پلی» آن به معنای بسیار و «گالا» به معنای شیر است؛ چرا که در قدیم بر این عقیده بوده‌اند که این گیاه شیر حیوانات را زیاد می‌کند.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌ها و بعضی مواقع ریشهٔ آن را نیز جمع‌آوری می‌کنند. سرشاخه‌ها را در موقع گل دادن می‌چینند و در محلی سایه و در جریان هوا خشک می‌کنند. سرشاخه‌ها طعم خیلی تلخی دارند و باید در ظروف سربسته نگهداری شوند. آن‌ها محتوی نوعی ماده تلخ، پلی‌گامارین، نوعی گلوکوزید، گولترین [2]، تانن‌ها، اسانس روغنی و نوعی ساپونین خیلی مؤثرند. از این گیاه برای درمان ناراحتی‌های هاضمه به شکل جوشانده (به مقدار ۲۰ گرم در ۲۰۰ میلی‌لیتر آب) مصرف می‌کنند یا پودر آن را با شکر مخلوط و سه بار در روز به اندازه نوک قاشق چایخوری استفاده می‌کنند. این گیاه خلط‌آور است و علیه ترشحات مجاری فوقانی تنفسی به کار می‌رود. طب مردمی این گیاه را برای ازدیاد شیر مفید می‌داند.

1. Polygala Amer 2. Polygamarine, Gaultérine

مهر سلیمان[1]

Polygonatum odoratum (MILL.) DRUCE

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

✝ زمان برداشت: ساقهٔ زیرزمینی: مهر



(تیره سوسن)؛ گیاهی پایا، با ریزومی سفید است. ساقه آن گوشه‌دار و برگ‌هایش متناوب و بیضی‌شکل است. از بغل این برگ‌ها گل‌های سفیدی به طور منفرد می‌روید و به صورت زنگوله‌های رو به پایین قرار می‌گیرد. میوهٔ آن سته و به رنگ آبی تیره است. تمام گیاه سمی است. این گیاه اغلب در بیشه‌زارهای روشن، جنگل‌ها، اراضی خشک و آهکی می‌روید. در قدیم از این گیاه به عنوان ماده آرایشی با ارزش و بعدها به عنوان گیاهی دارویی جهت درمان زخم‌ها استفاده می‌کردند.

برای مصارف دارویی ریزوم آن را جمع‌آوری می‌کنند و پس از این که به دقت تمیز شد برای خشک کردن در جریان هوا قرار می‌دهند. ریزوم‌ها محتوی گلوکوکنین پایین‌آورندهٔ قند خون و همچنین نشاسته، ساپونین‌ها، لعاب، تانن‌ها، قند و نوعی ماده رنگی است. در طب مردمی از آن به عنوان مدر و همچنین به عنوان کمک درمان برای دیابت استفاده می‌شود. در مصارف خارجی مقدار مصرف بیش‌تر است و جوشانده‌ای به مقدار ۴۰ تا ۵۰ گرم در نیم‌لیتر آب تهیه می‌شود که در شستشوها یا تهیه ضمادهای ضد روماتیسم، ضرب‌دیدگی‌ها و تسکین نقاط متورم به‌عنوان نرم‌کننده استفاده می‌شود. ریزوم تازه آن نیز برای تهیه ضماد برای ضربدیدگی و کوفتگی به‌کار می‌رود. میوه‌های سیاهرنگ آن با میوهٔ مورد اشتباه می‌شود. این میوه‌ها سمی و تهوع‌آورند.

دو نوع دیگر این گیاه یعنی مولتی‌فلوروم (شکل پایین سمت راست) و ورتسیلاتوم[2] (شکل پایین سمت چپ) نیز جمع‌آوری می‌شود و همان اثرات را دارد.

1. Sceau-De-Salomon
2. P.multiflorum. p.verticillatum

علف هفت بند[1]

Polygonum aviculare L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌های برگدار: خرداد تا شهریور



(تیرهٔ هفت‌بند)؛ گیاهی خزنده و یکساله است. این گیاه در حاشیه جاده‌ها و به صورت هرز در کشتزارها می‌روید. ساقهٔ شاخه‌دار آن دارای برگ‌های باریک و متناوب است. از بغل برگ‌ها خوشهٔ گل‌های ریز سفید یا صورتی رنگ می‌روید. میوهٔ آن فندقه است. این گیاه برای مداوای بیماری‌هایی چون وبا (که نتیجه آن چندان مشخص هم نیست) و سل به‌کار می‌رفت.

سرشاخه‌های آن را ترجیحاً در پاییز یعنی زمانی که بیش‌تر از همیشه محتوی اسید سیلیسیک هستند با دست و تا حد امکان بدون گرد و غبار جمع‌آوری می‌کنند. سپس آن‌ها را در سایه در محلی که هوا جریان داشته باشد یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این گیاه دارای تانن‌ها، اسید سیلیسیک، فلاونوئید، گلوکوزید، آویکولارین[2]، ساپونین و دیگر مواد است و مثل دیگر گیاهان این تیره قابض و بندآورندهٔ خون است و از آن برای متوقف کردن خونریزی‌های داخلی و خارجی، علیه ترشحات معده و اسهال‌های سخت استفاده می‌شود. از شاخه‌های خشک شده و حتی تازهٔ آن در تهیه دمکردهٔ گرمی به مقدار دو تا سه قاشق مرباخوری برای یک فنجان آب که در طول روز آن را می‌آشامند استفاده می‌شود. این گیاه همچنین روی مبادلات متابولیکی اثر می‌گذارد و در تهیه جوشانده‌های محرک دستگاه ترشحی بدن و برای کاهش ناراحتی‌های کلیوی یا کبدی و دیگر اعضا به‌کار می‌رود.

1. Renouée des oiseaux

2. Avicularine

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: ساقه زیرزمینی: شهریور تا آبان و اسفند

انجبار [1]

Polygonum bistorta L. (syn.: *Bistorta major* S.F.GRAY)



(تیرهٔ هفت‌بند)؛ گیاهی پایا، با ریزومی ضخیم و مارپیچی است. برگ‌های پایینی آن سرنیزه‌ای هستند. در انتهای ساقهٔ راست آن خوشه گل‌های صورتی می‌روید. میوهٔ آن فندقه و سه وجهی است. این گیاه در علفزارهای مرطوب، مراتع، گودال‌ها و در ارتفاعات مختلف می‌روید. در قدیم از آن علیه اسهال خونی و طاعون استفاده می‌کردند. از آن ترکیبی به عنوان تریاق تهیه می‌کردند که برای مداوای مارگزیدگی استفاده می‌شد.

ریزوم بوته‌های جوان را ترجیحاً در پاییز پس از گل دادن گیاه و در بعضی مواقع در بهار با دست بیرون می‌کشند. سپس پاک می‌کنند و پس از جدا کردن قسمت‌های سبز و ریشه‌های کوچک آن را دو قسمت نموده در آفتاب یا در خشک‌کن با حداکثر ۶۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. پس از خشک شدن باید در محلی خشک و به دور از حشرات نگهداری شود. آن‌ها محتوی تانن‌های گالیک (۱۵ تا ۲۰ درصد)، نشاسته، کاتشین [2] و اسید سیلیسیک هستند. این گیاه قویاً قابض است و خونریزی‌های داخلی یا خارجی را بند می‌آورد. همچنین علیه ترشحات معده ـ روده‌ای و اسهال‌های سخت و حتی اسهال خونی استفاده می‌شود. نشاسته زیاد موجود در آن‌که تبدیل به لعاب می‌شود اثرات مثبتی دارد. این گیاه از عناصر اصلی غرغره‌ها برای رفع تورم دهان و ورم لوزتین است. همچنین از آن علیه ورم مخاط و آماس‌ها استفاده می‌گردد.

از همین خواص در دامپزشکی نیز استفاده می‌شود. از برگ‌های جوان این گیاه می‌توان در تهیهٔ سالاد یا به صورت پخته استفاده کرد.

1. Bistorte	2. catéchine

فلفل آبی[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

Polygonum hydropiper L. [syn.: *Persicaria hydropiper* (L.) SPACH] **زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا شهریور**



(تیرهٔ هفت‌بند)؛ گیاهی علفی و یکساله است که در اراضی باتلاقی و غنی از ازت و همچنین در مصب کانال‌ها، جویبارها، گودال‌ها، مزارع سیل زده و اراضی که دارای کود زیادی باشند، می‌روید. این گیاه ساقه‌ای نیمه‌بالارونده دارد و برگ‌هایش سرنیزه‌ای هستند. گل‌های ریز این گیاه به طور گروهی در خوشه‌های کم‌پشت در انتهای شاخه‌ها می‌رویند. میوهٔ آن فندقه است. این گیاه از قدیم شناخته شده و از آن به جای فلفل استفاده می‌کردند. شاخهٔ تازه آن نیز علیه اسکوربوت به‌کار می‌رفت.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های گلدار آن را جمع‌آوری می‌کنند و پس از شستن، در سایه برای خشک شدن پهن می‌کنند یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. از میان مواد مؤثره موجود در آن می‌توان از تانن‌ها، عصاره‌های تلخ، اسانس‌های روغنی، نوعی گلوکوزید، اسید فورمیک، اسید استیک، پلی گونیک[2] و همچنین ویتامین C نام برد. از این گیاه برای بندآوردن خون استفاده می‌شود. همچنین برای تمیز کردن زخم‌ها و در صورت خونریزی عادت ماهانه یا خونریزی رحم، بواسیر و همچنین علیه اسهال‌های شدید به‌کار می‌رود. مصرف این گیاه به شکل جوشانده (دو قاشق مرباخوری در هر فنجان) است. از این جوشانده سه بار در روز مصرف می‌کنند (جوشانده را باید چند لحظه جوشاند). از پودر این گیاه نیز به اندازهٔ نوک قاشق چایخوری سه بار در روز مصرف می‌کنند. فلفل آبی همچنین مدرّ و ضد روماتیسم نیز است. سرشاخه‌های تازه آن را نیز به همین شکل مصرف می‌کنند.

1. Poivre D'eau 2. Polygonique

سائول سِت[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور
زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا شهریور

Polygonum lapathifolium L. [syn.: *Persicaria lapathifolia* (L.) S.F. GRAY]



(تیرهٔ هفت‌بند)؛ گیاهی علفی یکساله با شاخه‌های خوابیده یا بالارونده و برگ‌های متناوب بزرگ، بیضی‌شکل و سرنیزه‌ای است. در محل اتصال برگ‌ها به ساقه گره‌های متورمی وجود دارد، که دارای لکه‌های قهوه‌ای و نقطه‌های سفیدی است. برگ‌های آن صاف و در سطح رویی بدون پرز و در قسمت پشتی به مقدار کمی پرزدار هستند. گل‌های ریز صورتی یا بنفش آن به صورت خوشه‌های منفرد و بلند می‌روید. میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در کنار جویبارها، گودال‌ها و در ته برکه‌های خشک و به صورت علفی هرز در مزارع می‌روید. چندین نوع دورگه از این گیاه وجود دارد.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را در هوای خشک با دست می‌چینند، سپس روی شبکه توری در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند، سپس در محلی خشک و در ظروف سربسته نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی تانن‌ها، اسانس روغنی، اسیدهای آلی و مقدار زیادی ویتامین C هستند. طب مردمی از این گیاه با موفقیت در درمان قولنج‌های کلیوی و تسکین دردهای ایجاد شده به خاطر وجود سنگ‌کلیه استفاده می‌کند. این گیاه همچنین مدر است و به دلیل تانن‌های موجود در آن علیه انواع اسهال به کار می‌رود و بندآورندهٔ خون نیز است. می توان از آن به خاطر وجود مقدار زیاد ویتامین C برای تجدید قوا در بهار استفاده کرد.

1. Saulcette

بسفایج معمولی[1]

Polypodium vulgare L.

زمان برداشت: ساقه زیرزمینی : شهریور، مهر، اسفند و فروردین



(تیره بسفایج)؛ سرخسی پایاست با ریزومی شاخه‌دار و قهوه‌ای رنگ. برگ‌های تازه هر سال از کنار برگ‌های قدیمی می‌رویند. برگ‌های آن دمبرگ‌های بلندی دارند و به طور شانه‌ای منقسم هستند. در قسمت پشتی برگ هاگدان‌ها دیده می‌شوند. این سرخس در جنگل‌های تاریک و روی دیواره صخره‌ها می‌روید و از قدیم خواص آن راکه هم ملین و هم مدر است، می‌شناخته‌اند.

ریزوم آن را در اکثر موارد در پاییز و بعضی مواقع در بهار جمع‌آوری می‌کنند. پس از جمع‌آوری آن‌ها را پاک می‌کنند و قسمت‌های سبز آن را می‌برند و سپس در زیر نور آفتاب خشک می‌کنند. محل شکستگی ریزوم سبز است و طعم شیرینی دارد. ریزوم‌ها را باید در محلی خشک نگهداری کرد به شرطی که مدت نگهداری بیش از یک سال نباشد. آن‌ها محتوی لیپید، اسانس روغنی، نوعی ماده اصلی تلخ (که تاکنون به خوبی شناخته نشده)، ساپونین و لعاب هستند. از این گیاه در ترکیبات دم‌کرده‌های خلط‌آور که در درمان ورم مجاری فوقانی تنفسی به‌کار می‌رود استفاده می‌کنند. طب مردمی آن را مسهل صفرا می‌داند و برای درمان برونشیت و ورم مثانه به‌کار می‌برد. این گیاه ضمن ملین بودن دارای خاصیت ضد انگلی نیز است. پودر آن را به مقدار چهار گرم در روز مصرف می‌کنند.

1. Polypode Commun

شالک [1]

Populus nigra L.

دوران گل‌دهی: فروردین

زمان برداشت: جوانه‌ها و پوسته: اسفند و فروردین



(تیرهٔ بید)؛ درختی سریع‌الرشد و با ارزش است که شاخه‌های آن ابتدا قهوه‌ای است و بعداً به رنگ خاکستری متمایل به سبز در می‌آید. رنگ پوست تنه خاکستری تیره است. برگ‌های آن دم‌دار و پهنک آن قلبی‌شکل است. از بغل برگ‌ها جوانه‌های چسبناکی می‌روید. گل‌های این گیاه دوجنسی هستند و گل‌های نر و ماده آن در دو گروه جداگانه در اوایل بهار قبل از رویدن برگ‌ها می‌شکفند. میوهٔ آن به شکل کپسول است. این گیاه را در نقاط مرطوب، در اطراف آب‌های جاری و حاشیه مزارع و باغات به عنوان بادشکن می‌کارند.

برای مصارف دارویی جوانه‌های آن را زمانی که هنوز در پوسته چسبناک قرار دارند از روی درختان قطع شده جمع‌آوری می‌کنند. جوانه‌ها را باید به سرعت خشک کرد و بهتر است این کار با خشک‌کن انجام شود. سپس آن‌ها را در ظروف دربسته نگهداری می‌کنند. آن‌ها محتوی اسانس‌های روغنی، تانن‌ها، گلوکوزیدهای سالیسین و پوپولین [2]، رزین و دیگر مواد هستند. این مواد قویاً ضدعفونی‌کننده و مدر هستند و اثر آن‌ها علیه ترشحات مجاری تنفسی فوقانی به اثبات رسیده است. این گیاه همچنین مقدار اوره خون را پایین می‌آورد و دردهای مفصلی را که ریشه روماتیسمی دارد تسکین می‌دهد. دم‌کرده‌ای از این گیاه به مقدار یک تا دو قاشق مرباخوری از جوانه‌های خرد شده در $\frac{1}{4}$ لیتر آب تهیه می‌شود. از این دم‌کرده دوبار در روز مصرف می‌کنند. مرهمی هم از جوانه‌های تازه یا خشک آن یا با پوسته آن تهیه می‌کنند که علیه درمیت، بواسیر و درد نقرس یا روماتیسم مؤثر است. انواع دیگر آن، مانند کبوده، سفیدپلت و صنوبر لرزان، نیز مصرف دارویی دارند.

1. Peuplier Noir ou franc

2. Salicine , Populine

صنوبر لرزان[1]

Populus tremula L.

دوران گل‌دهی: اسفند و فروردین
زمان برداشت: جوانه‌ها: بهمن و اسفند. پوسته: اسفند و فروردین. برگ‌ها: اردیبهشت و خرداد



(تیره بید)؛ درختی با پوست صاف و خاکستری متمایل به زرد است که به‌تدریج پوست آن ترک می‌خورد و رنگ آن نیز تیره می‌شود. شاخه‌های جوان آن دارای برگ‌های متناوب، قلبی شکل با دمبرگ‌هایی هستند که به طور عمودی نسبت به آن‌ها قرار دارند و این حالت باعث می‌شود که با کوچک‌ترین بادی تکان بخورند. گل‌های نر آن به صورت شاتون هستند و قبل از ظهور برگ‌ها ظاهر می‌شوند. میوهٔ آن به صورت کپسول است و دانه‌های آن الیاف سفیدی دارند.

برای مصارف دارویی جوانه‌ها و بعضی مواقع پوستهٔ شاخه‌های جوان یا برگ‌ها را نیز جمع‌آوری می‌کنند. جوانه‌ها را در اوایل بهار قبل از شکفتن جمع‌آوری می‌کنند و روی شبکه توری در سایه یا در خشک کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها را باید در ظرف‌های دربسته نگهداری کرد. خشک شدهٔ این جوانه‌ها عطر نافذ و طعم تلخی دارد و محتوی گلوکوزیدهایی از قبیل سالیسین و پوپولین، اسانس روغنی و عصاره‌های تلخ است. آن‌ها مدری قوی و ضدعفونی‌کننده نیز هستند. در صورت وجود ورم مجاری ادرار و مثانه، هیپرتروفی پروستات، و به عنوان داروی پروفیلکتیک[2] برای نقرس و ناراحتی‌های روماتیسمی نیز از آن‌ها استفاده می‌شود. دم‌کردهٔ این گیاه را به مقدار یک تا دو قاشق مرباخوری از قسمت‌های خرد شده در هر فنجان آب تهیه می‌کنند و دو بار در روز مصرف می‌کنند. برای مصارف خارجی از جوشاندهٔ آن برای تهیه ضمادها و شستشوی بواسیر یا سوختگی‌ها استفاده می‌شود.

1. Tremble commun
2. Prophylactique

علف نقره‌ای[1]

Potentilla anserina L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا تیر

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت تا تیر. ریزوم: مهر و اسفند



(تیرهٔ گل سرخ)؛ گیاهی علفی و پایاست که ساقه‌های آن به طور خوابیده و ریشه‌دار می‌روید. برگ‌ها شانه‌ای و قسمت پشتی برگچه‌ها پرزدار است. گل‌های آن به رنگ زرد تند با دمگل‌های بلند هستند و میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در اطراف نقاط مسکونی و اراضی مرطوب و غنی از ازت می‌روید.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را هنگامی که گیاه کاملاً گل کرده است همراه با تمام قسمت‌های سبز گیاه می‌چینند. باید دقت کرد که گیاهان جمع‌آوری شده مریض یا آفت‌زده نباشند. سپس آن‌ها را در محلی که هوا جریان داشته و سایه باشد، در حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این سرشاخه‌ها محتوی تانن‌ها، مواد اصلی تلخ، مواد رنگی و مواد معدنی هستند. این گیاه قابض است و علیه کاتاره‌های معده‌ای ـ روده‌ای، اسهال‌های شدید، قولنج‌ها و خونریزی‌های داخلی به‌کار می‌رود. برای این کار دم‌کرده‌ای به مقدار دو قاشق مرباخوری از خرد شده آن را در یک فنجان آب جوش می‌ریزند و روزی دو تا سه بار مصرف می‌کنند. دم‌کردهٔ آن همچنین در درمان ترشح زیاد اسید معده مؤثر است. این گیاه ضدعفونی‌کننده است و در مداوای ورم‌های مجاری تنفسی یا ادراری مفید است. در درمان ناراحتی‌های زنانه از آن به عنوان بندآورندهٔ خونریزی‌های شدید استفاده می‌کنند. از این گیاه در ترکیبات غرغره‌ها برای جلوگیری از ورم لثه‌ها یا درد دندان و همچنین برای شستن زخم‌ها و کاهش ورم‌ها نیز استفاده می‌شود. سرشاخه‌های این گیاه در مداوای ناراحتی‌های پوستی و اگزما مؤثر است.

1. Potentille ansérine

علف نقره‌ای افراشته[1]

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا شهریور
زمان برداشت: ریزوم‌ها: شهریور، مهر و اسفند

Potentilla erecta (L.) RÄUSCH. (syn.: *Potentilla tormentilla* STOKES)





(تیرهٔ گل سرخ)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزومی محکم و ساقه هوایی شاخه‌دار و راست است. برگ‌های پایینی پنجه‌ای و دمبرگدار و برگ‌های روی ساقه‌ها فاقد دمبرگ و سه برگچه‌ای هستند. گل‌ها زرد رنگ و دارای دمگل‌های بلندی هستند. میوهٔ آن فندقه است و ریشهٔ تازه آن عطر خوشایندی شبیه عطر رز از خود متصاعد می‌کند. این گیاه در مراتع، مرغزارها، جنگل‌ها و اراضی پست می‌روید.

برای مصارف دارویی ریزوم آن را از زمین بیرون می‌آورند و پس از تمیز کردن از وسط به دو نیم می‌کنند، سپس روی سبد یا شبکه توری پهن نموده در معرض جریان هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها محتوی تانن‌های گالیک کاتشیک[2] غلیظ تا ۱۵ درصد، نوعی گلوکوزید به نام شینوئین و دیگر مواد هستند و تأثیر خوبی روی اسهال، اسهال خونی، خونریزی‌های داخلی معده ـ روده‌ای دارند. این گیاه همچنین اثر ضدعفونی‌کننده در برابر میکروارگانیسم‌های بیماریزا دارد. مصرف بیش از اندازهٔ جوشانده ممکن است تهوع‌آور باشد. این گیاه در ترکیبات دم‌کرده‌هایی که به عنوان کمک درمانی در مورد دیابت به‌کار می‌روند مصرف می‌شود. در مصارف خارجی از این گیاه در تهیه ضمادها و مرهم‌ها برای درمان ناراحتی‌های پوستی مرطوب و سوختگی‌ها استفاده می‌شود. تنطور این گیاه نیز مثل جوشاندهٔ آن غرغرهٔ خوبی در درمان ورم لوزتین و ورم لثه‌هاست.

در دامپزشکی از ریزوم این گیاه برای مداوای اسهال، خونریزی و زخم‌های حیوانات استفاده می‌شود.

1. Potentille Tormentille

2. Catéchique

دوران گل‌دهی: فروردین و اردیبهشت

زمان برداشت: گل : فروردین تا اردیبهشت. ریزوم و ریشه: مهر و اسفند

پامچال[1]

Primula veris L. [syn.: *Primula officinalis* (L.) HILL]



(تیرهٔ پامچال)؛ گیاهی علفی، پایا، با بوته‌ای برگدار و تنه‌ای کوتاه و پر از ریشه‌های کوچک است. در اوایل بهار خوشه‌ای از گل‌های زرد در نوک یک شاخهٔ بدون برگ می‌روید. این گیاه در مرغزارها، مراتع و جنگل‌های آسیا و اروپا می‌روید و در باغ‌ها چه به صورت خودرو یا کشت شده وجود دارد. در بعضی کشورها این گیاه مورد حفاظت قرار گرفته است.

برای مصارف دارویی گل‌های این گیاه را به آرامی و در لایه‌های نازک و ترجیحاً در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. در انواع کشت شدهٔ آن بعضی مواقع ساقه و ریشه‌های آن را نیز جمع‌آوری می‌کنند. گل‌های این گیاه محتوی مواد رنگی فلاون (کریستین)[2] و احتمالاً ساپونین‌ها هستند. ریشه‌های این گیاه از ماده پریمولاساپونین و یک ترکیب شیرین (اگلیکون) که به آن پریمولاژنین[3] گفته می‌شود غنی است. هر دو ماده قویاً خلط‌آور و مدرهای ضعیفی هستند. از آن‌ها به عنوان کمک درمان در ورم‌های مجاری تنفسی فوقانی (برونشیت مزمن یا حاد) استفاده می‌کنند. در صنایع داروسازی عصاره، جوشانده و قطرهٔ این گیاه تهیه می‌شود. مقدار مصرف روزانهٔ آن ۱۰ گرم در دو فنجان آب است.

یک نوع خیلی نزدیک به این گیاه پامچال الاتیور[4] با گل‌های بزرگ‌تر (شکل سمت راست)، زرد گوگردی و کاسه گل کوچک‌تر است. این گیاه نیز همین مواد را دارد و آن را هم کشت می‌کنند.

1. Primevére officinalecoucou 2. Quercetine
3. Primulagenine 4. P.Elatior

برونل[1]

Prunella vulgaris L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا شهریور





(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی، پایا و کوتاه است. این گیاه ریزومی خزنده و ساقه‌های هوایی عقیم یا گلدار دارد. ساقه‌ها بالارونده، با زوایای برجسته و به رنگ قرمز روشن هستند و برگ‌های روی آن‌ها پایه‌دار و متقابلند. در انتهای ساقه‌های گل‌دهندهٔ آن تک‌خوشه‌های گردی از گل‌های آبی و بنفش می‌روید. میوهٔ آن فندقه و چهارقسمتی و قهوه‌ای‌رنگ است(شکل پایین). این گیاه در میان دیگر علف‌ها در مناطق روشن جنگل‌ها، کناره جاده‌ها و در گودال‌ها می‌روید. در قدیم از آن برای درمان ناراحتی‌های گلو و مخاط دهان استفاده می‌شد.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را در هوای خوب هنگامی که گیاه گل کرده است با دست می‌چینند، سپس در لایه‌های نازک در سایه پهن نموده یا در خشک‌کن با حرارتی کم‌تر از ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. خشک‌شدهٔ آن را به دور از رطوبت در پاکت‌های دربسته نگهداری می‌کنند. آن‌ها حاوی تانن‌ها، مواد اصلی تلخ، اسانس‌های روغنی، ساپونین‌ها و گلوکوزید اوکوبین[2] هستند. به دلیل تانن موجود در این گیاه از آن علیه کاتاره معده ـ روده‌ای، اسهال، خونریزی و خصوصاً ناراحتی‌های زنانه استفاده می‌شود. دم‌کرده‌ای به مقدار یک قاشق مرباخوری در هر فنجان از این گیاه تهیه می‌شود که یک تا دوبار در روز از آن می‌نوشند. این دم‌کرده در اولسر معده‌ای یا اثنی‌عشر و همچنین برای مداوای مجاری تنفسی و سیستم ادرار به کار می‌رود. مصرف این گیاه برای معالجه ورم گلو و دهان بیش‌تر مورد توجه است. برای این کار جوشانده‌ای با غلظت ۶ تا ۱۰ درصد که ۹ دقیقه جوشیده شده باشد، تهیه می‌کنند.

برگ‌های جوان این گیاه را می‌توان در سالاد یا در سبزیجات پخته مصرف کرد. این گیاه عسل‌دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Brunelle 2. Aucubine

گیلاس[1]

Prunus cerasus L. (syn.: *Cerasus vulgaris* MILL.)

دوران گل‌دهی: اردیبهشت

زمان برداشت: دم‌گیلاس و میوهٔ آن : تیر و مرداد



(تیرهٔ گل سرخ)؛ درخت یا درختچه‌ای با شاخه‌های قهوه‌ای متمایل به قرمز و آویزان است. برگ‌های آن متناوب، براق و دندانه‌دارند. گل‌های سفید آن قرینه و پنج‌پر است که به طور دسته‌ای روی خوشه‌های کوتاه می‌روید. میوهٔ آن سته و به رنگ قرمز تیره است. موطن اولیه این گیاه آسیا بوده که به خاطر میوه‌هایش در تمام دنیا در انواع مختلف کشت می‌شود.

برای مصارف دارویی از دُم میوه‌های رسیده که در شرایط مناسبی خشک شده‌اند استفاده می‌کنند. آن‌ها خصوصاً حاوی تانن‌ها هستند. برای درمان برونشیت و اسهال، دم‌کرده‌هایی از آن‌ها تهیه می‌شود. دُم گیلاس‌ها مدر هستند و همچنین در ترکیبات جوشانده‌های لاغرکننده نیز وجود دارند. برگ‌های درخت گیلاس همان اثرات را دارند و علاوه بر دفع گاز شکم ضد کم‌خونی نیز هستند. از برگ‌ها در کنسرو خیار نیز استفاده می‌شود. میوهٔ گیلاس را تازه یا به صورت کمپوت مصرف می‌کنند. عصارهٔ تازهٔ آن سرشار از آهن و کلسیم است و برای درمان ناراحتی‌های هاضمه و نامنظم بودن کبد یا کم‌خونی به‌کار می‌رود. از گیلاس رسیده شربتی تهیه می‌شود که برای بهبود طعم بعضی از داروها و برای این که بهتر تحلیل بروند مورد استفاده قرار می‌گیرد. چوب گیلاس محکم است و رنگ خوبی دارد. به همین دلیل در صنایع کنده‌کاری و مبل‌سازی به‌کار می‌رود. این گیاه همچنین گرده دهنده و عسل‌دهندهٔ خوبی است.

در صورت زخمی شدن تنهٔ درخت، از آن صمغ جاری می‌شود.

1. Cerisier commun

بادام[1]

دوران گل‌دهی: اسفند و فروردین

زمان برداشت: تیر تا شهریور

Prunus dulcis (MILL.) D.A.WEBB. (syn.: *Amygdalus communis* L.)



(تیرهٔ گل سرخ)؛ درخت یا درختچه‌ای با شاخه‌های قرمز کم‌رنگ است. برگ‌های آن متناوب، باریک و درخشانند. گل‌های صورتی رنگ آن در اوایل بهار قبل از برگ‌ها می‌رویند. میوهٔ آن سته دراز و پرزدار است. موطن اولیه آن قفقاز بوده و برای تولید بادام تلخ و شیرین کشت می‌شود. روغن بادام در اکثر ترکیبات قدیمی بهداشتی و آرایشی وجود داشته است.

از نظر داروسازی بادام تلخ دارای ارزش بیش‌تری است. دانهٔ آن را با شکستن بادام بیرون می‌آورند و سپس خشک می‌کنند. دانه‌ها حاوی تا ۵۰ درصد روغن، آلبومین‌ها، قند و گلیکوزید آمیدالین هستند (آمیدالین در رطوبت و با حضور نوعی آنزیم به سیانیدریک سمی تبدیل می‌شود). از بادام‌های تلخ ماده‌ای به نام آب بادام تلخ تهیه می‌گردد که علیه سرفه، کسلی، تهوع و احساس خفگی مصرف می‌شود. از بادام برای بهبود طعم داروهای دیگر و به عنوان حلال کدئین[2] برای تهیه داروی قطره‌ای علیه سرفه استفاده می‌شود. امروزه اسانس بادام را به طور مصنوعی تهیه می‌کنند. در مصارف خارجی از اسانس بادام در تهیه پمادها و مرهم‌ها علیه روماتیسم استفاده می‌شود.

از بادام شیرین تحت فشار روغن بسیار خوبی به دست می‌آید. کنجاله باقیماندهٔ آن را برای تهیه ماسک‌ها و ضمادهای مختلف در بهداشت و زیبایی به کار می‌برند. بادام شیرین در مرباسازی موارد مصرف زیادی دارد.

1. Amandier commun

2. Codéine

آلبالو خوشه‌ای[1]

Prunus padus L. (syn.: *Padus avium* MILL.)

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

زمان برداشت: پوسته: بهمن و اسفند



(تیرهٔ گل سرخ)؛ درخت یا درختچه‌ای با شاخه‌های قهوه‌ای است که اول پرزدار است و برگ‌های آن بیضی و متناوب هستند. دمبرگ‌های آن غده‌های کوچک، تخت و قرمزی دارند. گل‌های سفید آن در خوشه‌های آویزان قرار گرفته‌اند. میوه‌های آن سته و سیاهرنگند. طعم میوه‌ها ترش و کمی گَس است. تمام گیاه بویی شبیه به بادام تلخ می‌دهد. موطن اولیه این گیاه آسیا و اروپا بوده و در حاشیه جنگل‌ها، در کنار آب‌های جاری می‌روید. این گیاه را به خاطر زیبایی‌اش در پارک‌ها و باغ‌ها می‌کارند. دانه این گیاه در لایه‌های قدیمی زمین یافت شده است.

برای مصارف دارویی پوستهٔ درخت آلبالو را از روی شاخه‌های جوان و ترجیحاً از روی درخت‌های قطع شده با دست جمع‌آوری می‌کنند. پوسته‌ها را به طور دسته‌ای از سقف آویزان می‌کنند تا در جریان هوا خشک شوند یا در خشک‌کن با حرارتی کم‌تر از ۴۰درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. پوسته حاوی گلوکوزیدها از قبیل لائور و سرازین و ایزومیدالین[2]، اسانس روغنی و تانن‌هاست. از پوسته خیلی کم مصرف می‌شود (زیرا در صورت آزاد شدن اسید سیانیدریک که سم خطرناکی است احتمال مسمومیت شخص می‌رود). پوسته را خصوصاً در درمان دردهای روماتیسمی به کار می‌برند. برای این کار دم‌کرده‌ای به مقدار روزانه ۱۰ تا ۳۰گرم از این گیاه تهیه می‌شود.

چوب آلبالو سخت و مقاوم است و به همین دلیل برای کنده‌کاری و ساخت قنداق تفنگ به‌کار می‌رود. این گیاه عسل‌دهندهٔ خیلی خوبی است.

1. Merisier A'Grappes
2. Laurocérasine , isomygdaline

آلو سیاه[1]

Prunus spinosa L.

دوران گل‌دهی: فروردین

زمان برداشت: گل‌ها: اسفند و فروردین. میوه‌ها: مهر



(تیرهٔ گل سرخ)؛ درختچه‌ای است با شاخ و برگ انبوه که به دلیل تکثیر ریشه‌ای بیشه‌های متراکم تشکیل می‌دهد. شاخه‌های تیغدار آن دارای برگ‌های ریز بیضی‌شکل دمبرگ‌دار هستند. برگ‌ها به طور متناوب قرار گرفته‌اند. گل‌های سفید آن پنج‌پر هستند و قبل از بیرون آمدن اولین برگ‌ها می‌شکفند. میوهٔ آن سته و به رنگ آبی تیره است. این گیاه در دامنه‌های خشک و آفتابگیر، در نقاطی که زمین ضعیف و سنگلاخ است، می‌روید. از قدیم آن را به عنوان گیاهی دارویی و خوراکی می‌شناختند. هستهٔ این گیاه را در محل زندگی انسان‌های اولیه پیدا کرده‌اند.

برای مصارف دارویی گل‌های این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند و با احتیاط زیاد در لایه‌های نازک بدون این‌که قهوه‌ای یا خرد شوند خشک می‌کنند. میوه‌های رسیدهٔ این گیاه و حتی آن‌هایی را که کمی له شده‌اند جمع‌آوری می‌کنند و از آن‌ها مربا یا مارمالاد درست می‌کنند یا این‌که به سرعت در نور آفتاب کمی خشک نموده سپس در خشک‌کن قرار می‌دهند. گل‌های آن حاوی گلوکوزیدها، تانن‌ها، قند، مواد رنگی و ویتامین C هستند. آن‌ها خصوصاً مدر هستند. برای این کار دم‌کرده‌ای به مقدار دو قاشق مرباخوری از گل‌های خشک شدهٔ آن را در یک فنجان آب دم نموده دو تا سه بار در روز و هر بار یک فنجان صرف می‌کنند. این جوشانده برای مبادلات متابولیکی بدن مفید و نسبتاً ملین است. میوه‌ها خصوصاً حاوی تانن‌ها و اسیدهای آلی هستند. میوهٔ خشک شدهٔ آن قابض است و علیه ناراحتی‌های مثانه و مجاری ادرار و در سوءهاضمه به کار می‌رود. از میوهٔ تازهٔ آن برای تهیه آبمیوه و شربت استفاده می‌شود.

1. Prunellier

سنفتیون طبی[1]

Pulmonaria officinalis L.

دوران گل‌دهی: فروردین و اردیبهشت

زمان برداشت: برگ‌ها : فروردین و اردیبهشت. سرشاخه‌ها: اردیبهشت و خرداد



(تیرهٔ گاوزبان)؛ گیاهی علفی و پایاست که ساقه زیرزمینی و انبوهی از شاخه‌های برجسته با برگ‌های زبر و متناوب دارد. در انتهای شاخه‌ها خوشه‌ای از گل‌های صورتی می‌روید که پس از باروری به رنگ آبی در می‌آیند. میوهٔ آن فندقه تتراکن است. موطن این گیاه اروپا بوده و در جنگل‌های روشن می‌روید. در قدیم از آن برای معالجه شش‌ها، خصوصاً در مورد مبتلایان به سل استفاده می‌کردند، وجه تسمیهٔ نام ژنریک آن نیز از همین موضوع است. برای مصارف دارویی برگ‌ها و حتی سرشاخه‌های آن را بـه طور کامل با قیچی در هوای خشک می‌چینند. قسمت‌های جمع‌آوری‌شده را در سایه در جریان باد یا در خشک‌کن خشک می‌کنند. آن‌ها حاوی تانن‌ها، ماده لزج، ساپونین‌ها، اسید سیلیسیک و مواد معدنی‌اند.

از این گیاه برای مداوای برونشیت‌ها، سرفه و سیاه سرفه استفاده می‌شود، ضمن این که خلط‌آور نیز است. دم‌کردهٔ آن را به مقدار دو قاشق مرباخوری از قسمت‌های خشک شده در فنجانی آب جوش تهیه می‌کنند و روزانه سه فنجان می‌نوشند. همچنین این گیاه عرق‌آور، ضد تورم و مدر نیز هست. جوشاندهٔ ۱۰درصد آن در کمپرس‌ها یا شستشوها به‌کار می‌رود. این جوشانده نرم‌کننده، ضدعفونی‌کننده و ضد ورم است.

این گیاه اغلب مثل نوع دیگر آن (ساکاراتا با لکه‌های سفید روی برگ‌های آن) در باغ‌ها به عنوان گیاهی زینتی کشت می‌شود.

شکل‌های سمت چپ برگ‌های سنفتیون آنگوستی فولیا، سنفتیون طبی و سنفتیون ساکاراتا را نشان می‌دهد.

1. Pulmonaire officinale

بلوط زمستانی[1]

دوران گل‌دهی: اردیبهشت

زمان برداشت: پوسته: اسفند و فروردین. بلوط: مهر و آبان. برگ‌ها: خرداد و تیر

Quercus petraea (MATTUSCHKA) LIEBL.



(تیرهٔ بلوط)؛ درختی با تنه‌ای بزرگ و پوستی ترک‌خورده است. ارتفاع آن زیاد است و به نسبت سن گیاه رشد زیادی می‌کند. برگ‌های چرمی آن همیشه سبز و دمبرگ آن کوتاه است. قسمت پهنک برگ به شکل بریده بریده و دمبرگ آن شبیه میخ است. گل بلوط تک‌جنسی است. گل‌های نر آن به صورت گروهی روی یک پایه قرار می‌گیرند و گل‌های ماده که فاقد دمگل هستند از بغل جوانه‌های فوقانی می‌رویند. گرده افشانی این گیاه به وسیله باد انجام می‌گیرد. میوهٔ آن فندقه است و به صورت منفرد در درون حقه برگدار کم‌عمقی قرار دارد. بیشه‌زارهای وسیعی از این درخت‌ها خصوصاً در دامنه و بین کوه‌ها تشکیل می‌شود.

برای مصارف دارویی پوستهٔ خود بلوط و بعضی واقع برگ و پینه‌های درخت را جمع‌آوری می‌کنند. بلوط‌ها را هنگامی که کاملاً رسیده و از حقه‌های خود جدا شدند جمع‌آوری می‌کنند، سپس کاملاً خشک نموده پوسته را جدا می‌کنند و بلوط‌ها را بو می‌دهند. با این کار نشاستهٔ موجود در آن‌ها تبدیل به صمغ نشاسته‌ای می‌شود و تانن‌های تلخ آن از بین می‌رود. بلوط ماده غذایی بهداشتی برای کسانی است که به اسهال شدید و ورم غدد مبتلا می‌شوند. با آسیا کردن دانه‌های بلوط قهوه بلوط به دست می‌آید که اگر آن را با کاکائو و شکر مخلوط کنند کاکائوی بلوط به دست می‌آید. این نوشیدنی‌ها علیه اسهال مؤثرند و بدن را نیز تقویت می‌کنند. برگ‌های تازهٔ بلوط را برای مداوای زخم‌هایی که دیر التیام می‌یابند به کار می‌برند. پینه‌های درخت را برای تهیه تانن خالص که موارد مصرف بسیاری در داروسازی دارد (توقف خونریزی بینی یا زخم‌ها، غرغره، مرهم و غیره) به کار می‌برند. پینه‌ها به علت نیش حشرات موذی در پوست درخت به خاطر دفاع از درخت ایجاد می‌شوند.

1. Chêne D'hiver

بلوط دُم‌دار[1]

Quercus robur L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت

زمان برداشت: پوسته: اسفند و فروردین

(تیره بلوط)؛ درخت مفیدی است که در صورت وجود آب، فضا و مواد غذاییِ کافی می‌تواند رشد زیادی کند و عمری طولانی داشته باشد. برگ‌های آن به رنگ سبز تیره، چرمی و با پهنک بریده بریده است که تا انتهای دمبرگ امتداد می‌یابد. گل‌های نر به صورت گروهی روی یک پایه و به شکل آویزان می‌رویند و گل‌های ماده روی دمگل‌های بلندی قرار می‌گیرند که از بغل برگ‌ها می‌روید. این درخت در زمین‌های پر قوت و عمیق خصوصاً در دشت‌ها می‌روید. از قدیم این درخت را می‌کاشتند و آن را نماد قدرت و زیبایی می‌دانستند.



پوسته درخت‌های جوان و شاخه‌ها را در بهار یعنی هنگامی که صاف، درخشان و سرشار از شیره است و به همین دلیل به آسانی از چوب جدا می‌شود، جمع‌آوری می‌کنند، سپس در زیر نور آفتاب به صورت دسته‌ای و در جریان هوا خشک می‌کنند. پس از آن پوسته‌ها را در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها حاوی ۷ تا ۲۰ درصد تانن، اسید پیروگالیک و کاتشین هستند. این گیاه قابضی قوی است و علیه اسهال‌های شدید و کاتاره‌های معده ـ روده‌ای به کار می‌رود. جوشانده‌ای به مقدار یک قاشق مرباخوری از پوسته خرد شدهٔ آن برای هر فنجان آب تهیه می‌شود که روزانه دو تا سه فنجان از آن را مصرف می‌کنند. پوستهٔ بلوط در مصارف خارجی نیز برای شستشوی آماس‌ها، سوختگی‌ها، بواسیرها و بیماری‌های پوستی (حتی میکوزها) به کار می‌رود. مواد محرکهٔ موجود در آن ضدعفونی‌کننده و التیام دهنده زخم‌هاست. جوشاندهٔ آن نیز برای جلوگیری از تعرق بیش از حد پاها (۵۰۰ گرم پوسته در $\frac{۱}{۴}$ لیتر آب) مؤثر است. پوستهٔ بلوط زمستانی نیز شبیه به این گیاه است و موارد مصرف آن‌ها نیز مشترک است.

1. Chêne D'été, chêne rouvre

انجیرک[1]

Ranunculus ficaria L. (syn.: *Ficaria verna* HUDS.)

دوران گل‌دهی: اسفند و فروردین

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اسفند و فروردین



(تیرهٔ آلاله)؛ گیاهی علفی، پایا با ریشه‌های متورم است. برگ‌های آن درخشان و به شکل قلب هستند. دمبرگ‌های آن بلندند. گل‌های زرد درخشان آن به طور منفرد می‌رویند و دُمگل‌های بلندی دارند. دُمگل‌ها از بغل برگ می‌رویند. میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در جنگل‌ها در زیر درختان و در علفزارها می‌روید. گیاه‌شناسان چندین نوع از این گیاه را بر حسب اندازه شاخه، قدرت ریشه‌زدن آن، تعداد پیازهای ریشه‌ای و تولید دانه در دسته‌های مختلفی طبقه‌بندی کرده‌اند. در شکل نوع خزنده آن را می‌بینید. تمام انواع این گیاه خواص دارویی دارند.

سرشاخه‌های این گیاه را جمع‌آوری و در سایه خشک می‌کنند. آن‌ها حاوی آلکالوئیدهایی از قبیل شلیدونین و کلریترین[2]، نوعی ساپونین، فیکارین[3]، تانن‌ها و مقدار زیادی ویتامین C هستند. در طب مردمی از این گیاه در جوشانده‌های ضد اسکوربوت، ضد ورم مفصلی، برای مداوای زخم‌های لثه و ناراحتی‌های به وجود آمده از کمبود ویتامین C استفاده می‌کنند. عصارهٔ آن را در شستشوی بواسیر، زگیل و گال به کار می‌برند.

سرشاخه‌های تازه یا فقط برگ‌های تازهٔ این گیاه را می‌توان در سبزیجات یا در سالاد برای تصفیه خون در بهار مصرف کرد. حیوانات به این دلیل که این گیاه به مقدار کمی سمی است از خوردن آن خودداری می‌کنند. سم آن با خشک کردن یا پختن از بین می‌رود. در عین حال برگ‌های تازهٔ آن مواد سمی ندارد.

1. Ficaire
2. Chélidonine , cholérythrine
3. Ficarine

ترب[1]

Raphanus Sativus L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: ریشه: شهریور و مهر



(تیرهٔ شب‌بو)؛ گیاهی علفی، یکساله یا دوساله است. ریشهٔ آن به صورت غده‌ای گرد یا دوکی شکل و ساقهٔ منشعب آن دارای برگ‌های لیره‌ای است. گل‌های سفید یا صورتی رنگ آن به طور گروهی در نوک شاخه‌ها می‌رویند. میوهٔ آن به شکل حقه و محتوی دانه‌های قهوه‌ای‌رنگی است. این گیاه از قدیم کشت می‌شده و مصریان قدیم آن را به خوبی می‌شناختند. در کشورهای چین و ژاپن نیز آن را می‌کاشته‌اند. رومی‌ها و یونانی‌ها تخم این گیاه را به تمام نقاط اروپا بردند. امروزه همهٔ انواع این گیاه در اندازه‌های مختلفی کشت می‌شوند.

ترب سیاه به خاطر مقدار زیاد تیوگلوکوزید، ویتامین C، پروویتامین‌های گروه ب و مواد ضدعفونی‌کننده دارای ارزش دارویی بسیار است. معمولاً این گیاه را به شکل تازه مصرف می‌کنند. ترب مسهل صفرای عالی و کمک درمان خوبی برای مداوای زردی و بیماری‌های کیسه صفرا، رفع ورم‌ها و دفع سنگ‌های صفراوی است. ترب سیاه را درسته یا قطعه قطعه شده، با نان و کره یا به شکل عصاره تازه به مقدار ۱۰۰ تا ۱۵۰ میلی‌لیتر در روز مصرف می‌کنند. این گیاه مبادلات متابولیکی را سرعت می‌بخشد و اثر خوبی روی ناراحتی‌های معده دارد. ترب سفید و قرمز از نظر پزشکی قدرت کم‌تری دارند. البته این مسئله باعث نمی‌شود که از ارزش آن‌ها به عنوان سبزی تازه کاسته شود.

1. Radis cultivé

نرپرون ملین[1]

Rhamnus cathartica L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

زمان برداشت: میوه: شهریور و مهر. پوسته : اسفند



(تیرهٔ ینبوت)؛ درختچه‌ای است با شاخه‌های خاکستری و اغلب تیغدار. برگ‌های آن به صورت متقابل دمبرگ‌دارند. گل‌های کوچک سفید آن به صورت گروهی از بغل برگ‌ها می‌رویند. میوه آن سته است و هنگامی که می‌رسد به رنگ سیاه درمی‌آید. در اروپا این گیاه در دامنه‌های آفتابگیر، حاشیه جنگل‌ها، در زمین‌های سنگلاخ و روی خاک‌های ضعیف می‌روید. نام لاتین آن اشاره‌ای به این خواص دارد. (کاتاپرین یعنی پاک‌کردن و رها کردن).

میوه‌های سالم و رسیدهٔ آن را جمع‌آوری می‌کنند و روی سبد در سایه و در جریان هوا می‌گذارند یا در خشک‌کن با حرارتی کم‌تر از ۴۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. آن‌ها حاوی آنتراکینون‌ها، مشتقات آنتراسینک (که هنوز شناخته نشده) تا ۱۵ درصد، فلاون‌ها، پکتین و دیگر مواد هستند. در طب خصوصاً از میوه‌ها به خاطر ملین بودن آن‌ها استفاده می‌شود، ولی مقدار مصرف آن را باید با احتیاط تعیین نمود، زیرا این گیاه ممکن است مخاط را آن‌قدر تحریک نماید تا خونریزی کند و همچنین تهوع‌آور نیز هست. خیساندهٔ سرد آن را به مقدار دو قاشق از میوهٔ خردشدهٔ آن در هر فنجان آب (هشت ساعت خیسانده شود) صبح و شب ناشتا مصرف می‌کنند. برای کودکان شربتی از میوه‌های آن تهیه می‌کنند و به مقدار سه قاشق مرباخوری در روز مصرف می‌کنند. این گیاه ضمن مدر بودن برای مبادلات متابولیکی نیز سودمند است. پوست این گیاه را نیز که ملین است، جمع‌آوری می‌کنند.

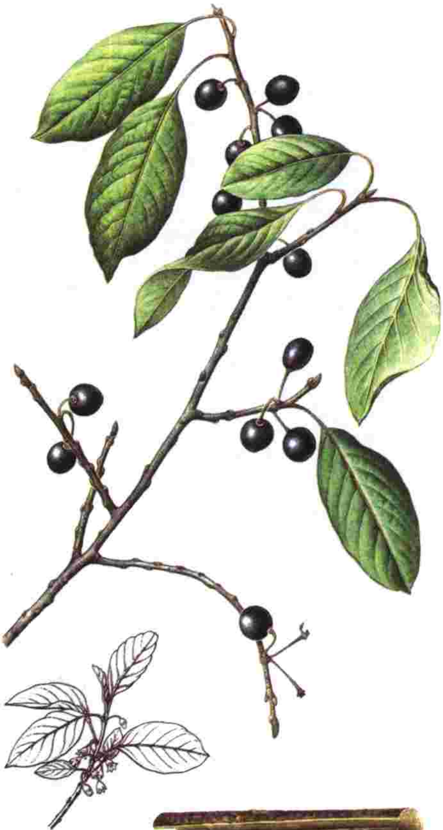
1. Nerprun Purgatif

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

زمان برداشت: پوسته: اسفند تا اردیبهشت

بوردن[1]

Rhamnus frangula L. (syn.: *Frangula alnus* MILL.)



(تیرهٔ ینبوت)؛ درختچه‌ای با شاخه‌های نازک، به رنگ خاکستری متمایل به سیاه و برگ‌های متناوب، بیضی و کامل است. از بغل برگ‌ها گل‌های سبز ریزی می‌روید که به‌تدریج تبدیل به میوه‌های سته زرد و سپس قرمز و بالاخره سیاه می‌شوند. این گیاه در نقاط مرطوب، طول جویبارها، برکه‌ها، نزدیک محل‌های کربنیزه شده (که در آن‌جا تالیس‌های کامل تشکیل می‌دهند) می‌روید.

برای مصارف دارویی پوستهٔ آن را ترجیحاً پس از بارش باران یعنی هنگامی که پوسته نرم شده است، جمع‌آوری می‌کنند. پوسته‌های جمع‌آوری شده از شاخه‌های جوان حاوی آنترانول ـ گلوکوزید، فران گولاروزید هستند. آن‌ها را در زیر نور آفتاب یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. پس از خشک شدن پوسته‌ها را باید تا یک ساعت در حرارت ۱۰۰ درجه سانتیگراد گرم یا این‌که به مدت یک سال در انبار نگه دارند. در طول این مدت فعل و انفعالات آنزیمی انجام می‌شود که منجر به تشکیل گلوکوزیدهای آنتراکینونیک، فران گولوامودین[2] و گلوکوز می‌شود. پوست این گیاه و عصاره آن ملین‌های مورد اطمینانی هستند و هنگامی که دیگر مواد نتوانند کاری از پیش ببرند می‌توان از آن‌ها استفاده کرد. در اکثر موارد می‌توان از آن برای مداوای یبوست مزمن استفاده کرد که در عین حال حرکات دودی معده را نیز تقویت می‌کند. همچنین از آن برای معالجهٔ کبد، کیسه صفرا و طحال استفاده می‌کنند. این گیاه را در ترکیب جوشانده‌های لاغرکننده به کار می‌برند و همچنین علیه انگل‌های روده‌ای مؤثرند. مقدار مصرف این گیاه حدود یک گرم در هر وعده است و این مقدار نباید از ۱۰ گرم در روز بیش‌تر شود. مصرف بیش از حد پوست یا میوهٔ آن سمی است.

1. Bourdaine
2. Antraquinonique , Franguloémodine

ریوند پنجه‌ای چینی[1]

Rheum palmatum L.var. *tanguticum* MAXIM.

دوران گل‌دهی: تیر

زمان برداشت: ریشه‌ها: شهریور و مهر



(تیرهٔ هفت‌بند)؛ گیاهی علفی و پایاست که بوته زمینی آن برگ‌های پنجه‌ای دارد. طول ساقهٔ آن به دو متر می‌رسد. ساقه توخالی است و چند برگ و خوشه‌ای از گل‌های این گیاه در انتهای آن می‌روید. تمام گیاه رنگ متمایل به قرمزی دارد و ترش مزه است. میوهٔ آن فندقه و سه‌قسمتی است. این گیاه از چین و تبت آمده ودر اروپا نوعی از آن کشت می‌شود که دمبرگ‌هایش خوراکی است ولی خواص دارویی ندارد.

برای مصارف دارویی ریشهٔ گیاهان پنج تا ده ساله را با دستگاهی بیرون می‌آورند و همان موقع تمیز نموده قسمت‌های سبز آن را قطع می‌کنند. سپس بخش‌های باقیمانده را از وسط به دو نیم کرده خشک می‌کنند. وقتی که خشک شد ریشه‌ها طعمی گس پیدا می‌کنند و زیر دندان صدا می‌دهند. آن‌ها حاوی دو نوع گلوکوزید هستند که یکی تانوگلوکوزیدهاست که محتوی اسیدگالیک، اسید سینامیک و گلوکوزیدهای آزاد است و دیگری چهار آنتراگلوکوزیدهای متصل به هم است. این گلوکوزیدها عبارتند از کریسوفانئین، امودین، رئوکریسین و رئین[2]. احتمالاً ماده رئین است که عامل محرکه اصلی در ریشه ریوند محسوب می‌شود و محتوی نشاسته و اکسالات کلسیم است. این گیاه به مقدار کم قابض است و به مقدار زیاد بعد از هشت تا ده ساعت اثر ملین دارد. از این گیاه در صورت وجود بیماری‌های مثانه، سنگ یا شن در مجاری ادرار به هیچ وجه نباید استفاده کرد. این گیاه برای کودکان نیز مضر است. عصاره یا تنطور ریوند را می‌توان از داروخانه‌ها تهیه کرد. در ترکیب بسیاری از جوشانده‌ها و پودرهای هضم‌کننده غذا از این گیاه استفاده می‌شود.

1. Rhubarbe Palmée de chine

2. Chrysophanéine, Émodine, Rhéochrysine, Rhéine

انگور فرنگی سیاه[1]

Ribes nigrum L.

دوران گل‌دهی: فروردین تا خرداد

زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد تا مرداد. میوه‌ها: تیر و مرداد



(تیرهٔ انگور فرنگی)؛ درختچه‌ای است با شاخه‌های سیاه و راست و برگ‌های بریده بریده. پشت برگ‌ها برجسته است. گل‌های زرد کم‌رنگ آن به میوه‌های سته سیاه تبدیل می‌شوند. موطن اولیه آن آسیا بوده و در باغ‌ها یا مزارع به خاطر میوه‌هایش کشت می‌گردد، خواص دارویی این گیاه از قرن شانزدهم شناخته شد.

برای مصارف دارویی برگ‌های سالم و بدون آفت آن را با دست جمع‌آوری و روی سبد در کوران هوا یا در خشک‌کن با ۴۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. برگ‌های خشک‌شدهٔ آن حاوی نوعی اسانس روغنی، تانن‌ها، قندها، اسیدهای آلی، ویتامین C و مواد ضدعفونی‌کننده گیاهی هستند. آن‌ها خصوصاً به خاطر مدر و معرق بودن برای درمان ناراحتی‌های مجاری ادرار یا مثانه، علیه روماتیسم و اسهال به کار می‌روند. برگ‌های این گیاه مبادلات متابولیکی را تقویت می‌کند و در ترکیباتی که برای تصفیه خون در بهار مصرف می‌شود از آن استفاده می‌کنند. از میوهٔ آن خصوصاً به طور تازه برای تهیه شربت، پوره، مربا و شراب استفاده می‌شود. آن‌ها سرشار از ویتامین C، Bکمپلکس، قندها، مواد رنگی و مواد ضدعفونی‌کننده هستند. تمام این مواد روی سیستم اعصاب اثر خوبی دارند، بدن را تحریک می‌کنند و مبادلات داخلی بدن را بهبود می‌بخشند و به همین دلیل مقاومت بدن را در مقابل عفونت بالا می‌برند. غرغره آب میوهٔ این گیاه در صورت وجود ورم حفره دهان و علیه آنژین‌ها و کاتاره‌ها سودمند است.

1. Cassis

کرچک[1]

Ricinus communis L.

دوران گل‌دهی: مرداد تا مهر

✝ زمان برداشت: دانه‌ها : مهر و آبان



(تیرهٔ فرفیون)؛ گیاهی علفی و یکساله است که در شرایط آب و هوای اروپای مرکزی و جنوب اروپا تبدیل به درختچه‌ای چند ساله شده و در مناطق حاره مبدل به درختی پایا می‌شود. ساقهٔ آن برگ‌های پنجه‌ای به رنگ نسبتاً قرمز و متناوب دارد. در انتهای ساقه‌ها پایه گل‌های تک‌جنسی واقع است که گل‌های مادهٔ آن‌ها در نوک شاخه (شکل پایین سمت راست) و گل‌های نر آن‌ها از بغل پایه (شکل پایین وسط) می‌رویند. میوهٔ آن به صورت کپسولی تیغدار که محتوی دانه‌های بزرگ رنگارنگی (شکل پایین سمت چپ) است. این میوه شبیه لوبیاست. کرچک یکی از قدیمی‌ترین گیاهانی است که در مناطق گرم به خاطر روغن دانه‌هایش کشت می‌شده است. در مصر قدیم و در شرق از این روغن برای مداوای پوست، زخم‌ها، ناراحتی‌های موی سر و همچنین برای مصارف صنعتی به‌کار می‌رفته است. انواع مختلفی از گیاه کرچک امروزه به عنوان گیاهی زینتی، دارویی یا اقتصادی کشت می‌شود.

از نقطه نظر طبی دانه‌های این گیاه ارزش دارویی دارند. دانه‌ها را وقتی کاملاً رسیدند، اگر مقدار کشت کم باشد، با دست و در سطوح بیش‌تر با دستگاه جمع‌آوری می‌کنند. وقتی دانه‌ها خوب خشک شدند، آن‌ها را خرد می‌کنند و سپس در سرما تحت فشار قرار می‌دهند تا روغن آن‌ها گرفته شود. آن‌ها تا ۵۰درصد حاوی روغن کرچک و نوعی آلبومین سمی به نام ریسین[2] هستند. با جوشاندن روغن کرچک به همراه آب این آلبومین از بین می‌رود. روغن کرچک ملین ملایمی است که آن را با نوشیدنی‌های گرم و معطر به مقدار یک تا دو قاشق برای بزرگسالان و نصف قاشق مرباخوری برای کودکان به‌کار می‌برند. این روغن همچنین دافع انگل است. دانه‌ها به علت وجود ریسین شدیداً سمی‌اند. مقدار ۱۰ عدد از این دانه‌ها برای بزرگسالان و ۶ عدد برای کودکان کشنده است.

1. Ricin commun   2. Ricine

درخت اقاقیا[1]

Robinia pseudoacacia L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

زمان برداشت: گل‌ها : اردیبهشت و خرداد. پوسته: اسفند و فروردین



(تیرهٔ لگومینوز)؛ درخت یا درختچه‌ای با شاخه‌های قهوه‌ای و تیغدار است. پوستهٔ آن ترک می‌خورد و با بالارفتن سن گیاه به رنگ خاکستری در می‌آید. برگ‌های آن صاف و بی‌پرز و شبیه پر هستند. برگ‌ها به طور متناوب روی شاخه‌ها قرار گرفته‌اند. از بغل برگ‌ها جوانه‌های تازه‌ای می‌رویند که تبدیل به خوشه‌ای از گل‌های سفید و معطر می‌شوند. میوهٔ آن نیام دارای غلاف است. رنگ دانه‌ها قهوه‌ای است. موطن اولیه این گیاه امریکای شمالی بوده که از آن‌جا به اروپا وارد شده و در تمام قاره گسترده شده است. این گیاه را روی زمین‌های ضعیف، شنی و سنگلاخ می‌کاشته‌اند که در آن‌جا زود رشد کرده چوب سخت و سنگینی تولید می‌کرده است. بعدها دریافتند که این گیاه حالت تهاجمی دارد و ضمن رشد تمام ذخیرهٔ لایه‌های زیرین زمین را از بین می‌برد.

برای مصارف دارویی، گل‌های آن را با دست می‌چینند و برای خشک کردن به صورت لایه‌های نازک در سایه پهن می‌کنند. بعضی مواقع پوست این درخت را نیز از روی شاخه‌های جوان با دست جمع‌آوری و سپس خشک می‌کنند. گل این گیاه حاوی نوعی اسانس روغنی و گلوکوزیدها ـ فلاون‌هاست. دم‌کردهٔ این گیاه (یک قاشق مرباخوری در یک چهارم لیتر آب جوش، دو تا سه فنجان در روز) آرامبخش است و تشنجات عضلانی یا عصبی را آرام می‌کند. پوست آن حاوی آلبومین‌های سمی به نام روبین و فازین[2] است. عصارهٔ آن (حتی عصاره‌های جوانه‌های تازه این گیاه) را برای مداوای ناراحتی‌ها و اولسرهای تراکتوس هاضمه به کار می‌برند.

این گیاه عسل‌دهندهٔ خوبی است.

1. Robinier faux-acacia

2. Robine, Fazine

گل نسترن[1]

Rosa canina L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: میوه‌ها: شهریور و مهر



(تیرهٔ گل سرخ)؛ درختچه‌ای تیغدار است با برگ‌های شبیه به پر و متناوب. گل‌های بزرگ آن به رنگ سفید متمایل به صورتی هستند. میوهٔ آن شامل فندقه‌های متعددی است که با تخمدان گوشتی احاطه شده‌اند. این گیاه به صورت خودرو در اروپا روی دامنه‌های خشک و حاشیه جنگل‌ها و بیشه‌زارها می‌روید. انسان ماقبل تاریخ میوهٔ این گیاه را می‌شناخته و باقیماندهٔ میوه‌ها در محل زندگی آن‌ها پیدا شده است. میوهٔ نسترن را امروزه نیز جمع‌آوری می‌کنند. آن‌ها را در لایه‌های نازک و ترجیحاً در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند.

میوه‌های خشک شده را فقط یک سال می‌توان نگهداری کرد، آن هم در صورتی که در محلی کاملاً خشک گذارده شوند. آن‌ها حاوی تا یک درصد ویتامین C، کاروتن، B کمپلکس، تانن‌ها، اسید مالیک و سیتریک هستند. میوهٔ این گیاه سرشار از روغن است. این گیاه را بیش‌تر به شکل جوشانده مصرف می‌کنند که دارای اثر پیشگیرانه‌ای است. چراکه مقاومت بدن را در برابر بیماری‌ها و اپیدمی‌ها بالا می‌برد. آن‌ها در عین حال فعالیت آنزیمی را تقویت و تولید گلبول‌های قرمز را تحریک می‌کنند و کمی اثر مدر و ملین دارند. این گیاه برای دوران نقاهت مفید است و با احساس سرما و لرز به خوبی مبارزه می‌کند. خیسانده‌ای از میوهٔ خرد شدهٔ آن (بدون دانه‌های درونش) به طور سرد تهیه می‌شود. نباید این میوه را به مدت طولانی جوشاند. جوشانده این گیاه بندآورنده خون است (ناراحتی لثه‌ها) و درد دندان را کاهش می‌دهد. از میوه‌های تازه آن مربای مارمالاد و شراب طبی تهیه می‌کنند.

1. Eglantier

گل سرخ صدپر (محمّدی)[1]

Rosa centifolia L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: گل‌ها : خرداد و تیر



(تیرهٔ گل سرخ)؛ درختچه‌ای با شاخه‌های قهوه‌ای پوشیده از تیغ و به شدت متراکم است. برگ‌های آن بریدگی‌های شانه‌ای دارند و به رنگ سبز تیره‌اند. برگچه‌های آن دندانه‌دار هستند. گل‌های آن قرمز، صورتی، زرد یا سفید و همیشه پر هستند و عطر خوشایندی از خود متصاعد می‌کنند. موطن اصلی این گیاه ایران و قفقاز بوده که امروزه در تمام پارک‌ها و باغ‌های اروپایی می‌روید. حدود ده هزار نوع مختلف از این گیاه وجود دارد. برخی از آن‌ها خصوصاً انواعی که گل‌های قرمز یا صورتی می‌دهند، به خاطر خواص داروییشان به مقدار زیاد کشت می‌شوند.

غنچه‌ها و گل این گیاه را در اوایل دورهٔ گل‌دهی آن در هوای گرم و خشک جمع‌آوری می‌کنند، سپس سریعاً در حداکثر حرارت ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. آن‌ها عطر شیرینی از خود متصاعد می‌کنند و باید در ظروفی کاملاً دربسته و در محلی خشک نگهداری شوند. آن‌ها همچنین حاوی اسانس روغنی هستند به نام روغن گل سرخ که نیمه فرّار است و ماده اصلی تشکیل دهندهٔ آن ژرانیول[2] است. به علاوه تانن‌ها، گلوکوزید و مواد رنگی دارند. بزرگ‌ترین تولیدکنندهٔ اسانس گل سرخ کشور بلغارستان است. از این اسانس برای تهیه گلاب و بسیاری از عطرها و لوازم آرایش استفاده می‌شود. در داروسازی از آن برای بهبود طعم و عطر مرهم‌ها، آب‌های بهداشتی و کرم‌ها استفاده می‌کنند. این گیاه قابض و ضد تورم است و به همین دلیل جوشانده آن را علیه اسهال خصوصاً برای کودکان و علیه انگل‌های روده‌ای انسان و حیوانات به کار می‌برند. در مصارف خارجی برای شستن زخم‌ها و در حمام‌ها نیز از آن استفاده می‌شود.

1. Rose cent-feuilles

2. Géraniol

اکلیل کوهی (رومارن)[1]

Rosmarinus officinalis L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد

زمان برداشت: برگ‌ها: تیر و مرداد



(تیرهٔ نعناع)؛ درختچهٔ همیشه سبزی است با برگ‌های محکم و نازک که از بغل آن‌ها در قسمت‌های فوقانی گیاه گل‌های چند قسمتی آبی رنگی می‌رویند. این گیاه را از فاصله زیاد به خاطر عطرش می‌توان تشخیص داد. میوهٔ آن فندقه تتراکن است (شکل پایین). این گیاه به طور خودرو در منطقه مدیترانه می‌روید و در بقیه اروپا به شرطی که در معرض باد و عوامل دیگری قرار نگیرد می‌توان آن را در باغ‌ها به عنوان گیاهی زینتی کاشت. در قدیم از این گیاه به خاطر عطر و خواص دارویی آن استفاده می‌شد.

برگ‌های این گیاه را همراه با جوانه‌های تازه در هوای گرم و آفتابی جمع‌آوری می‌کنند، سپس روی سبد و در کوران هوا قرار می‌دهند یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. برگ‌های خشک شدهٔ آن عطر تند و نافذی از خود متصاعد می‌کنند و تلخ مزه‌اند. آن‌ها حاوی نوعی اسانس روغنی تا ۲ درصد (شامل سینئول، کافور و برندل) و همچنین آلکالوئیدها، ساپونین و اسیدهای آلی هستند. برگ‌ها و حتی اسانس این گیاه در ترکیبات بسیاری از داروهای ضد روماتیسمی مورد استفاده قرار می‌گیرد. چرا که قدرت زیادی در تحریک پوست دارد (الکل، مرهم صابون کافوری). دم‌کردهٔ برگ‌های این گیاه خصوصاً در زمان یائسگی اعصاب را آرام می‌کند و دارای اثر تقویت‌کننده است. این گیاه در عین حال مدر و مسهل صفراست و فعالیت جهاز هاضمه را بهبود می‌بخشد. مصرف آن به مقدار زیاد خصوصاً برای زنان باردار سمی است.

1. Romarin

روناس[1]

Rubia tinctorum L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: ریشه: شهریور و مهر



(تیرهٔ روناس)؛ گیاهی پایا با ریزومی تقریباً قرمزرنگ است. ساقهٔ آن زبر، بالارونده و دارای مقطعی چهارگوش است. برگ‌های این گیاه سفت و نیزه‌ای‌اند و به طور چتری می‌رویند. در نوک شاخه‌ها خوشه گل‌های ریز زرد رنگی می‌رویند. میوهٔ آن سته و سیاه رنگ است. موطن اولیه این گیاه مناطق مدیترانه بوده که برای خواص صنعتی (رنگرزی) و دارویی (داروهای ضد یرقان و نقرس) به مقدار زیاد کشت می‌شده است.

برای مصارف دارویی ریشهٔ گیاهان دو تا سه ساله را جمع‌آوری می‌کنند و پس از آن‌که کاملاً شستند و قسمت‌های سبز آن را جدا کردند، در آفتاب یا در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. ریشه‌ها پس از خشک شدن رنگ قرمز خود را حفظ می‌کنند. آن‌ها حاوی نوعی گلوکوزید آنتراسنیک و اسیدروبریتریک هستند که به پیریم وروز، آلیزارین[2] و دیگر مواد تجزیه می‌گردد. مواد اگلیکون (ترکیبات قندی) موجود در گیاه دارای اثرات دارویی است. این گیاه در ناراحتی‌های کلیه و مثانه مورد استفاده قرار می‌گیرد و ضدعفونی‌کننده و آرامبخش است. قدرت تجزیه یا حل نمودن سنگ‌های کلیوی و ادراری این گیاه غیرقابل انکار است. دم‌کرده‌ای به مقدار یک قاشق مرباخوری در یک فنجان آب تهیه می‌کنند که سه بار در روز مصرف می‌شود. پودر آن را به مقدار ۱۰ گرم در روز (سه وعده) مصرف می‌کنند. هم دم‌کرده و هم پودر مسکن درد هستند.

ماده رنگی موجود در این گیاه ادرار، بلغم و عرق بدن را به رنگ صورتی درمی‌آورد. آلیزارین که رنگ‌کننده قرمزی است از قدیم برای ساختن رنگ و جوهر به‌کار می‌رفته است.

1. Garance
2. Anthracenique , Rubérythrique, Primverose, Alizarine

عوسج معمولی[1]

Rubus fruticosus L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مرداد

زمان برداشت: برگ‌ها: اردیبهشت تا مرداد. میوه‌ها: مرداد تا مهر



(تیرهٔ گل سرخ)؛ گیاهی با شاخهٔ تیغدار و پوشیده از برگ‌های پنجه‌ای سه تا پنج قسمتی است. پشت برگ‌ها پرزدار است. خوشه‌های گل‌های سفید آن در انتهای شاخه‌های راست و مخصوصی می‌رویند. میوهٔ آن چند تایی و سته است و هنگامی که می‌رسد همراه با برگچه‌های حفاظ خود از گیاه جدا می‌شود. این گیاه در جنگل‌ها زیاد می‌روید و انواع مختلفی از آن به شکل ساده و پیوندی وجود دارد. میوه‌ها و برگ‌های این گیاه را از دوران بسیار قدیم برای درمان بواسیر، اسهال و دیابت به‌کار می‌برده‌اند.

برگ‌های تازهٔ آن را یکی یکی و تک‌تک در موقع گل دادن گیاه جمع‌آوری می‌کنند. برگ‌ها حاوی تانن‌ها، اسیدهای آلی، ویتامین C، پکتین و دیگر مواد است. از این گیاه در ناراحتی‌های جهاز هاضمه، علیه کاتاره‌های روده‌ای و اسهال‌ها استفاده می‌کنند. مواد موجود در این گیاه اثر باکتریسید و ضد قارچی دارند. دم‌کرده آن معطر است و طعمی خوشایند دارد و علیه گریپ، زکام، سرمازدگی و سرفه به کار می‌رود. در مصارف خارجی برگ‌های این گیاه در تهیه غرغره‌ها علیه برفک و برای ضدعفونی کردن دهان استفاده می‌شود. همچنین در شستشوی پوست‌های تحریک شده از این گیاه استفاده می‌کنند. میوه‌های کاملاً رسیدهٔ آن به صورت تازه یا کنسرو شده مصرف می‌شود. میوه‌ها برای تهیه شراب‌های طبی نیز به کار می‌روند.

1. Ronce Commune

تمشک [1]

Rubus idaeus L.

دوران گل‌دهی: خرداد

زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد تا مرداد. میوه‌ها: تیر و مرداد



(تیرهٔ گل سرخ)؛ درختچه‌ای با شاخه‌های قهوه‌ای‌رنگ و راست است. شاخه‌ها پوشیده از برگ‌های متناوب با بریدگی‌های شانه‌ای هستند. برگ‌های این گیاه به رنگ سبز برّاق و پشت آن‌ها سفید و پرزدار است. خوشه‌های سست گل‌های سفید آن از بغل برگ‌هایی که روی شاخه‌های سال قبل قرار دارند می‌رویند و در فصل خزان از میان می‌روند. میوهٔ آن به رنگ قرمز یا زرد و به شکل فندقهٔ مرکب و گوشتدار است، که پس از رسیدن با برگچه‌های محافظ آن از گیاه جدا می‌شود. این گیاه در بیشه‌زارها می‌روید و از زمان قدیم برای جمع‌آوری میوهٔ آن کشت می‌شده است.

برای مصارف دارویی برگ تمشک وحشی را جمع‌آوری می‌کنند. برگ‌ها را با دست می‌چینند و در محلی سایه در کوران هوا یا در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. آن‌ها حاوی تانن‌ها، پکتین، ویتامین C و اسیدهای آلی هستند. از برگ‌ها به تنهایی یا به صورت مخلوط دم می‌کنند. این دم‌کرده ضمن نرم کردن سینه و خلط‌آور بودن برای مداوای ناراحتی‌های معده، به عنوان مدر و تحریک‌کننده ترشح صفرا به کار می‌رود. به طور مخلوط و همراه با بابونه برای دفع گاز شکم کودکان مفید است. برای تهیه دم‌کرده از پنج تا ده عدد برگ خرد شده استفاده می‌شود. برگ تمشک ماده اولیهٔ تهیه نوشابه‌های طراوت‌بخش بدون الکل است. برگ‌های تخمیرشدهٔ آن (به رنگ قهوه‌ای) به جای چای مصرف می‌شوند. میوه‌های تازهٔ آن نیز ارزش دارویی دارند و برای تهیه شربت تمشک که نیروبخش و تب‌بُر است، از آن‌ها استفاده می‌شود.

1. Framboisier

سداب[1]

Ruta graveolens L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

✝ زمان برداشت: سرشاخه‌ها : اردیبهشت تا شهریور



(تیرهٔ سداب)؛ گیاهی پایا، با ساقه‌ای منشعب و چوبی است. برگ‌های آن متناوب دو تا سه قسمتی صاف و بی‌پرز و سبز مایل به کبود هستند. گل‌های سبز متمایل به زرد آن به شکل خوشه‌ای می‌رویند. میوهٔ آن به صورت کپسولی و محتوی دانه‌های سیاهی است (شکل پایین). موطن اولیه آن جنوب اروپا بوده و در قدیم در باغ‌ها به عنوان گیاهی معطر و دارویی کشت می‌شده است. امروزه برای تأمین نیازهای دارویی آن را در مزارع می‌کارند.

سرشاخه‌های جوان آن را همراه با برگ‌های پایینی گیاه جمع‌آوری می‌کنند. این گیاه به سرعت خود را ترمیم می‌کند و به همین دلیل کار برداشت را می‌توان چند بار تکرار کرد. سرشاخه‌ها را روی سبدی پهن می‌کنند و در محلی سایه و در کوران هوا قرار می‌دهند یا در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. آن‌ها دارای نوعی اسانس روغنی سمی، نوعی گلوکوزید، روتین، مواد ضدعفونی‌کننده گیاهی، مواد اصلی تلخ و تانن‌ها هستند. مادهٔ روتین موجود در آن مورد توجه صنعت داروسازی است و پس از تصفیه آن را به داروهای مختلفی اضافه می‌کنند. این ماده فشار خون را پایین می‌آورد، مویرگ‌ها را تقویت می‌کند و از قابلیت نفوذ آن‌ها می‌کاهد. آلکالوئیدهای موجود در این گیاه ضمن آرامبخش بودن، تنظیم‌کنندهٔ کار قلب نیز هستند. همچنین سردرد را تسکین داده، کار جهاز هاضمه و ترشح صفرا را تحریک نموده انگل‌های روده‌ای را دفع می‌کنند. مصرف این گیاه در عین حال به مقدار زیاد خصوصاً در دوران بارداری خطرناک است.

این گیاه سمی است و به همین دلیل باید به وسیله پزشک تجویز شود. در مصارف خارجی از آن برای شستشوی چشم و به عنوان ضماد روی زخم‌ها و اولسرها و در غرغره‌ها یا شستشوها استفاده می‌کنند.

1. Rue officinale

بید سفید[1]

Salix alba L.

دوران گل‌دهی: فروردین و اردیبهشت

زمان برداشت: پوسته : اسفند

(تیرهٔ بید)؛ درخت یا درختچه‌ای با تنه‌ای به رنگ قهوه‌ای متمایل به زرد و شاخه‌های نرم سبز متمایل به زرد است. برگ‌های آن نیزه‌ای و متناوب و قسمت پشت آن‌ها خاکستری و پرزدار است. شکل پایین از چپ به راست برگ‌های انواع مختلف بید، یعنی بید آلبا، بید فراژلیس، بید سینرا و بید تریاندرا را نشان می‌دهد. این گیاه دوجنسی است. گل‌های نر و مادهٔ آن به طور گروهی در یک خوشهٔ جداگانه قرار دارند. میوهٔ آن به صورت کپسول است. بید سفید در علفزارها، دشت‌های مرطوب و در حاشیه با تلاق‌ها می‌روید. این گیاه در کنار آب‌های راکد و جاری چه در دشت و چه در کوه یافت می‌شود. از قدیم‌الایام به خاطر خواص دارویی پوست و استفاده از چوب آن که امروزه نیز ماده اولیه خوبی برای مبل‌سازی و صنایع چوب است این گیاه را می‌کاشتند.

پوستهٔ آن را از روی شاخه‌های دو تا سه ساله به طور نوبتی جمع‌آوری می‌کنند. برای این کار اول پوسته را از طول برش می‌دهند و سپس آن را جدا می‌کنند. پس از خشک کردن سریع آن در آفتاب یا در خشک‌کن (حداکثر ۶۰ درجه سانتیگراد) این پوسته طعم تلخ خود را حفظ می‌کند. آن‌ها حاوی نوعی هتروزید (فنل منوستوره)[2]، سالیسین، گلوکوزیدها، ویمینالین[3] و تریاندرین[4]، تانن‌ها تا ۱۴ درصد و دیگر مواد هستند. سالیسیلیک مرکبی که در آن موجود است تب‌بُر، ضد دردهای عصبی و ضد روماتیسم است. این گیاه همچنین در صورت سرماخوردگی شخص عرق‌آور است. امروزه مواد مصنوعی از قبیل آسپرین، اسیداستیل سالیسیلیک و غیره جایگزین این گیاه شده است. در مصارف خارجی از پوستهٔ بید در شستشوها، مرهم‌ها و ضمادها استفاده می‌شود.

انواع مختلفی از این گیاه وجود دارد که همهٔ آن‌ها از نظر دارویی مؤثرند. بید همچنین از نظر تولید گرده و عسل نیز درخت ارزشمندی است.



1. Saule Blanc
2. Phénol Monosaturé
3. Viminaline
4. Triandrine

مریم‌گلی[1]

Salvia officinalis L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: اردیبهشت تا تیر





(تیرهٔ نعناع)؛ درختچه کوچکی است با ساقه منشعب و پوشیده از برگ‌های مقاوم. برگ‌ها متقابل، بیضی‌شکل، چین‌خورده و به رنگ سبز مایل به کبودند. گل‌های آن که به رنگ بنفش، قرمز مایل به بنفش و حتی سفید هستند در خوشه‌های انتهای شاخه‌ها می‌رویند. میوهٔ آن فندقه تتراکن است. موطن اولیه آن مناطق مدیترانه بوده و از قدیم در این مناطق از آن استفاده می‌کرده‌اند. امروزه این گیاه در بسیاری از کشورها به مقدار زیاد کشت می‌شود. برای مصارف دارویی برگ درختچه‌های جوان را جمع‌آوری می‌کنند و سپس در سایه و در کوران هوا یا در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. کار برداشت را دوبار در سال می‌توان انجام داد. برگ‌های خشک شده را در پاکت‌های دربسته نگهداری می‌کنند. آن‌ها حاوی نوعی اسانس روغنی تا ۲/۵ درصد دیترپن، سالوین و پیکروسالوین[2] و عصاره‌های تلخ و تانن‌ها هستند. اسانس روغنی خود محتوی تویون، بورنئول، سینئول و کافور است.

این گیاه را در درمان ناراحتی‌های معده و روده‌ای به‌کار می‌برند و همچنین علیه اسهال، نفخ و تعرق شبانه بیش از حد نیز مؤثرند. مواد موجود در آن تورم را نیز کاهش می‌دهند. دم‌کردهٔ آن را به مقدار ۱/۵ گرم در یک فنجان آب جوش تهیه می‌کنند و می‌گذارند تا مدت هشت دقیقه دم بکشد. دم‌کرده را برای مداوای ورم مجاری تنفسی فوقانی، علیه سرفه و برای معالجه سل به کار می‌برند. این گیاه ترشح غدد شیری را کاهش می‌دهد و همچنین اسانس آن آرامبخش است. در مصارف خارجی برگ‌های آن را در غرغره‌های ضد ورم حفره دهان، آنژین، دندان درد و پارادونتوز به‌کار می‌برند. از این گیاه به عنوان ضدعفونی‌کننده در ضمادها و شستشوی علیه بیماری‌های پوستی قارچی استفاده می‌شود.

1. Sauge officinale
2. Diterpene, Salvine , Picrosalvine

اِسکلاره[1]

Salvia sclarea L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: گل و سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد. برگ‌ها: اردیبهشت و خرداد



(تیره نعناع)؛ گیاهی است دو ساله، با ساقه‌ای گوشه‌دار و راست که برگ‌های بزرگ، متقابل و چین‌دار دارد. سال اول فقط بوته زمینی این گیاه و در سال دوم شاخه گلدار آن می‌روید. گل‌ها به صورت خوشه‌ای در نوک ساقه می‌رویند و رنگشان بنفش است. برگچه‌هایی به همان رنگ گل‌ها را در خود احاطه می‌کنند. میوهٔ آن فندقه تتراکن است. این گیاه در مناطق مدیترانه‌ای می‌روید و در حال حاضر در باغ‌های روستایی به عنوان گیاهی زینتی و عسل‌دهنده آن را می‌توان یافت.

برای مصارف دارویی گل‌ها، سرشاخه و برگ‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. گل‌ها را هنگامی که شکفته شدند با دست می‌چینند. برگ‌ها را قبل از گل دادن گیاه و سرشاخه‌ها را کمی پس از آن می‌چینند. قسمت‌های جمع‌آوری شده را به طور جداگانه در حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. آن‌ها عطری سکرآور و طعم تلخ دارند و حاوی تانن‌ها، نوعی اسانس روغنی با عطر اسطوخودوس و عصاره‌های تلخ هستند. در طب مردمی از این گیاه علیه ناراحتی‌های معده، تشنجات، نفخ و همچنین علیه اسهال استفاده می‌کنند. دم‌کردهٔ آن به مقدار سه قاشق سوپخوری در نیم‌لیتر آب که باید پنج دقیقه بجوشد و همین مدت زمان نیز دم بکشد، تهیه نموده دو تا سه فنجان در روز از آن مصرف می‌کنند. این گیاه تقویت‌کننده است و تعرق بیش از حد را کاهش می‌دهد. همچنین ناراحتی‌های زنانه را نیز تسکین می‌دهد. جوشاندهٔ دو برابر مقدار قبلی یا سرکهٔ این گیاه در درمان زخم‌ها و بیماری‌های اولسری مؤثر است.

مقدار زیادی از تولیدات این گیاه در صنایع برای تهیه مشروبات معطر، ورموت‌ها، و در صنایع آرایشی برای تهیه ادوکلن، عطر و صابون مصرف می‌شود.

1. Sclarée, toute-bonne

شون (غلیون)[1]

Sambucus ebulus L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: ریزوم: مهر



(تیرهٔ پیچ امین‌الدوله)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزوم سفیدی است که ساقه‌های راست و برگ‌های متقابل با بریدگی‌های شانه‌ای دارد. ساقه‌های آن زمستان‌ها از بین می‌روند. در نوک آن‌ها خوشه‌های مرکب گل‌های سفید یا قرمز می‌رویند. میوهٔ آن سته و سیاه است و تمام اندام‌های گیاه بوی ناخوشایندی می‌دهد و کمی سمی است. این گیاه در آسیا و اروپا در نقاط تنک جنگل، روی خاک‌های دستی و در خرابه‌ها می‌روید. این گیاه از قدیم‌الایام به عنوان گیاهی با ارزش دارویی شناخته شده است.

برای مصارف دارویی، ریزوم و بعضی مواقع گل‌ها و میوهٔ آن را نیز جمع‌آوری می‌کنند. ساقه‌ها را در پاییز از خاک بیرون می‌آورند و پس از آن که کاملاً تمیز کردند و قسمت‌های سبز و ریشه‌های کوچک آن را بریدند، از طول به دو قسمت می‌کنند و سریعاً در حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. ضمن خشک شدن کمی از بوی خود را از دست می‌دهد، ولی طعم تلخش را حفظ می‌کند. آن‌ها حاوی نوعی گلوکوزید و عنصر اصلی تلخ که هنوز ترکیبات آن شناخته نشده، نوعی اسانس روغنی، تانن‌ها و ساپونین هستند. ساقه‌ها کاملاً مدر و معرّق هستند و فقط پزشک می‌تواند مقدار مصرف آن را تعیین کند. در صورت مصرف زیاد باعث سرگیجه و حالت تهوع می‌شود. عصاره‌ای که از خیسانده الکلی آن به دست می‌آید به مرهم‌ها اضافه می‌شود که علیه روماتیسم مفصلی مؤثر است. الکلات آن نیز رشد مویرگ‌ها را تحریک می‌کند و از شوره جلوگیری می‌کند.

1. Hiéble

آقطی [1]

Sambucus nigra L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

✝ زمان برداشت: گل‌ها : خرداد. میوه‌ها: مرداد و شهریور



(تیرهٔ پیچ امین‌الدوله)؛ درخت یا درختچه‌ای با شاخه‌های خاکستری متمایل به قهوه‌ای است. در درون آن مغز نرمی قرار دارد و برگ‌های آن دارای بریدگی‌های شانه‌ای و متقابل هستند. گل‌های سفید متمایل به زرد آن در نوک شاخه‌ها به شکل خوشه‌ای می‌رویند. میوه‌های این گیاه سته به رنگ سیاه و برّاق است. این گیاه در آسیا، اروپا و شمال آفریقا در جنگل‌های پُر برگ انبوه، در خرابه‌ها و در نزدیکی نقاط مسکونی می‌روید. این گیاه از دوران قدیم جزو گیاهان دارویی شمرده می‌شده است.

در حال حاضر گل‌ها را به طور اخص یا همراه با میوهٔ آن جمع‌آوری می‌کنند. خوشه گل‌ها را با چاقو می‌برند و روی سبد، طوری که گل‌ها به طرف پایین قرار گیرند، می‌گذارند و به سرعت خشک می‌کنند. پس از خشک شدن خوشه‌ها را تکان می‌دهند تا گل‌های آن بریزد. گل‌ها را در پاکت‌های دربسته و در محلی خشک نگهداری می‌کنند. آن‌ها حاوی گلوکوزیدهایی از قبیل روتین (این ماده روی قابلیت نفوذ مویرگ‌ها اثر می‌گذارد) و سامبونیگرین [2]، اسانس‌های روغنی، تانن‌ها و اسیدهای آلی هستند. از دم‌کردهٔ گل‌های خشک آن برای مداوای سرماخوردگی (عرق‌آور است)، برای مبارزه با کاتاره‌های مجاری تنفسی فوقانی و برای درمان ناراحتی‌های عصبی خفیف استفاده می‌کنند. میوهٔ تازه و رسیدهٔ آن را به صورت مارمالاد و شربت مصرف می‌کنند یا این که می‌توان آن‌ها را خشک نمود. آن‌ها حاوی مواد رنگی آلی، اسیدهای آمینه، قند، روتین و مقدار زیادی ویتامین C هستند. از این میوه‌ها که ملین هستند در ترکیب جوشانده‌های لاغرکننده نیز استفاده می‌شود. آن‌ها همچنین در مداوای ناراحتی‌های عصبی از قبیل بی‌خوابی، میگرن، سردرد و ورم‌های دردناک مفیدند. بعضی مواقع می‌توان سرکهٔ این گیاه را که ضدعفونی‌کننده است و در کمپرس‌های تب‌بُر نیز به کار می‌رود در داروخانه‌ها یافت.

1. Sureau Noir　　2. Sambunigrine

آقطی قرمز[1]

Sambucus racemosa L.

دوران گل‌دهی: فروردین تا خرداد

زمان برداشت: میوه: مرداد و شهریور

(تیره پیچ امین‌الدوله)؛ درختچه‌ای با شاخه‌های قهوه‌ای است که مغز نرمی به رنگ قهوه‌ای روشن دارد. برگ‌های آن با بریدگی‌های شانه‌ای به طور متناوب می‌روید و پس از گل دادن گیاه رشد می‌کند. گل‌های آن در قسمت انتهای ساقه‌ها به صورت خوشه‌ای روی یک پایه می‌رویند. رنگ آن‌ها سبز متمایل به زرد است و بویی شبیه بوی حبوبات می‌دهند. میوهٔ آن کوچک، سته و قرمز است. این گیاه در اروپای مرکزی و جنوبی به وفور یافت می‌شود و در جنگل‌های روشن و مناطق تُنک آن در علفزارها، روی تپه‌ها به صورت خودرو می‌روید.

میوهٔ این گیاه در رفع عطش مؤثر است. برای مصارف دارویی میوه‌های کاملاً رسیدهٔ آن را جمع‌آوری می‌کنند و برای این کار تمام پایه میوه را قطع می‌کنند. سپس آن را روی سبد در جریان هوا یا ترجیحاً در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. میوه‌ها باید قرمز باقی بمانند و طعم ترش خود را حفظ کنند. آن‌ها را در ظرف‌های دربسته نگهداری می‌کنند. میوه‌ها حاوی ویتامین C و B، نوعی روغن، قند، پکتین‌ها و مواد رنگی آلی، اسیدها و رگه‌ای از گلوکوزید هستند. میوه‌های تازه آن حاوی بیش‌ترین مقدار از مواد محرکه موجود در گیاهند که معرّق و تب‌بُر هستند. این میوه‌ها همچنین دارای مواد ضدعفونی‌کننده گیاهی‌اند که از فعالیت میکروارگانیسم‌های مضر در معده جلوگیری می‌کنند. آن‌ها را به صورت دم‌کرده‌ای (تازه یا خشک‌شدهٔ آن) که کمی جوشیده شده باشد مصرف می‌کنند. همچنین می‌توان تمام خوشه گل‌ها را در چای جوشان (یا آب گرم و یا یک دم‌کرده دیگر) فرو برد و سپس این دم‌کرده را شیرین کرد و در طول روز نوشید. در مصرف این دارو نباید افراط کرد، چرا که ممکن است باعث اسهال و استفراغ شود.



1. Sureau à Grappes, Sureau Rouge

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

مسیکه[1]

زمان برداشت: ریزوم: اسفند، فروردین، و مرداد تا مهر. سرشاخه‌ها : خرداد تا مرداد

Sanguisorba officinalis L.



(تیرهٔ گل سرخ)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزوم ضخیم و منشعب است. بوته آن دارای برگ‌هایی با بریدگی‌های شانه‌ای است و بر سطح زمین گسترده شده است. در نوک ساقه‌های منشعب آن خوشه‌ای از گل‌های ریز و قرمز می‌روید. میوهٔ آن فندقه است. این گیاه در آسیا و در اروپا در علفزارها و مراتع می‌روید.

این گیاه یکی از گیاهان دارویی قدیمی است که علیه خونریزی و ناراحتی‌های جهاز هاضمه به‌کار می‌رفته است. ریزوم این گیاه و بعضی مواقع سرشاخه‌های آن را نیز جمع‌آوری می‌کنند. پس از تمیز کردن ریزوم‌ها آن‌ها را قطعه قطعه می‌کنند و برای خشک شدن در آفتاب قرار می‌دهند. آن‌ها حاوی تانن‌ها، ساپونین‌ها (سانگویزوربین)[2]، فلاونوئیدها و ویتامین C هستند. تانن موجود در این گیاه قابض است و به طور خفیفی ضدعفونی‌کننده و منعقدکنندهٔ خون است. جوشاندهٔ ریزوم‌ها را علیه کاتاره‌های معده‌ای و روده‌ای، اسهال‌ها، خونریزی بینی، خونریزی لثه‌ها و عادات ماهانه طولانی و ناراحتی‌های ادراری به‌کار می‌برند. ساپونین موجود در این گیاه اثر ضد تورم و معرّق دارد. سرشاخه‌های خشک شدهٔ این گیاه را در شستشوها، مداوای زخم‌ها و ناراحتی‌های پوستی و اولسرها، و در ساخت غرغره‌ها علیه ناراحتی‌های لثه و آنژین‌های عفونی به‌کار می‌برند. همچنین می‌توان جوشانده‌ای (۲۰ تا ۳۰ گرم در ۲۰۰ میلی‌لیتر آب، هر دو ساعت یک قاشق سوپخوری) با کاربردهایی نظیر کاربرد ریزوم‌های این گیاه از سر شاخه‌های آن تهیه نمود. بالا بردن مقدار مصرف آن در هر کدام از موارد بالا منع شده است.

گونه‌های نزدیک به این گیاه مثل مسیکه کوچک و مسیکه با برگ‌های باریک (برگ و گل آن در پایین شکل) اثرات کم‌تری دارند و کشت نمی‌شوند.

1. San guisorbe officinale, Pimprenelle.
2. Sanguisorbine

چوپلمه اروپایی[1] دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

Sanicula europaea L. **زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت، خرداد. ریزوم: مهر، آبان، اسفند، فروردین**



(تیرهٔ چتریان)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزوم ضخیم و سیاهرنگ است. بوتهٔ گسترده آن در سطح زمین دارای برگ‌های پنجه‌ای است و خوشه‌ای از گل‌های ریز سفید روی ساقهٔ گلدار آن می‌روید. این گیاه در آسیا و اروپا در جنگل‌های انبوهی می‌روید که لایه‌های زیرین آهکی داشته باشد. از زمان‌های بسیار دور از آن به عنوان بندآورندهٔ خون و التیام‌دهندهٔ زخم‌ها استفاده می‌شده است. نام لاتین آن نیز سانوس به معنای سلامت است که از همین کاربرد آن ناشی شده است.

سرشاخه‌های این گیاه را در هنگام گل دادن همراه با برگ‌های پایینی آن می‌چینند، سپس آن را روی شبکه‌های توری پهن و به سرعت خشک می‌کنند. ریزوم‌های این گیاه نیز مورد توجه است. آن‌ها را نیز کاملاً تمیز نموده، می‌شویند و قسمت‌های سبز آن را می‌برند، سپس در سایه و در کوران هوا خشک می‌کنند. از میان مواد محرکه‌ای که در آن موجود است مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از تانن‌ها، ساپونین‌ها (خصوصاً در ریزوم آن)، اسانس‌های روغنی، لعاب و نمک‌های معدنی. از این گیاه در مداوای ناراحتی‌های هاضمه از قبیل قولنج، نفخ، ورم معده ـ روده‌ای و بیماری‌های اولسری استفاده می‌شود. این گیاه همچنین در درمان ورم سیستم ادراری و ناراحتی‌های کلیوی مؤثر است. این گیاه خونریزی‌های داخلی و خارجی را بند می‌آورد، همچنین خلط‌آور است و می‌توان آن را به شکل پودر، قرص و دم‌کرده مصرف کرد. امروزه این گیاه خیلی کم مورد استفاده قرار می‌گیرد و موادی که در آن موجود است، هنوز تحت مطالعه قرار دارد. همچنین می‌توان از آن به شکل غرغره، در شستشوها حتی در کمپرس‌ها (روی زخم‌هایی که دیر خوب می‌شوند) و برای شستشوی دهان و بینی، اولسرها و ناراحتی‌های پوستی استفاده کرد.

1. Saniele Ďeurope

گل صابونی[1]

Saponaria officinalis L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: ریشه: مهر، آبان و اسفند، سرشاخه‌ها: خرداد و تیر



(تیرهٔ میخک)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریزوم منشعب و به رنگ پرتقالی است. این گیاه دارای انبوهی از ساقه‌های راست و برگ‌های متقابل فاقد دمبرگ و به شکل نیزه‌ای است. در نوک شاخه‌های آن خوشه‌ای از گل‌های صورتی‌رنگ می‌روید. میوهٔ آن به صورت کپسول بیضی‌شکل و محتوی دانه‌های ریزی است (شکل پایین سمت راست). این گیاه به طور خودرو در نقاط مرطوب اروپای مرکزی و جنوبی می‌روید. خردشدهٔ آن را برای شستشو به کار می‌برند و به همین خاطر کشت آن متداول بود.

برای مصارف دارویی ریشهٔ گیاهان دو تا سه ساله را جمع‌آوری می‌کنند و پس از پاکسازی سریع، قسمت‌های سبز آن را می‌برند و در آفتاب یا خشک‌کن در حرارتی کم‌تر از ۷۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. آن‌ها حاوی نوعی ساپونین گلوکوزید، تری‌ترپنوئید، ساپوروبین[2]، فلاونوئید ساپونارین[3]، ۳۰ درصد قندها و دیگر مواد هستند. این گیاه در صنایع داروسازی برای تهیه بسیاری از داروهای خلط‌آور به صورت قطره یا شربت به کار می‌رود. این گیاه همچنین مدر و معرّق است. مصرف مقدار زیاد یا طولانی‌مدت آن ممکن است خطرناک باشد، زیرا ساپونین‌ها می‌توانند گلبول‌های سرخ را تجزیه کنند. ریشهٔ این گیاه را در صنایع برای تهیه خمیردندان، صابون و پودر شستشو به کار می‌برند. خیساندهٔ ریشهٔ آن خصوصاً هنگامی که به آن کربنات سدیم اضافه می‌شود کف بسیاری تولید می‌کند. ساپونین‌های استخراج شده دارای مصارف صنعتی هستند. سرشاخه‌های این گیاه خاصیت کم‌تری دارند.

1. Saponaire officinale
2. Triterpénoïde, Saporubine
3. Saponarine

مرزه[1]

Satureja hortensis L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا شهریور



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی یکساله، کوتاه و خودروست. شاخه‌های آن نازک و به رنگ سبز مایل به کبود و مخلوط با قرمز است. برگ‌های آن نازک و متقابل هستند. از بغل برگ‌ها گل‌های کوچک بنفشی با دمگل‌های کوتاه می‌رویند. میوهٔ آن فندقه تتراکن است (شکل پایین). موطن اولیه این گیاه مناطق مدیترانه بوده و از قدیم تصور بر این بوده که فعالیت نیروی جنسی را تحریک می‌کند، همچنین از عطر این گیاه استفاده می‌کرده‌اند.

برای مصارف دارویی شاخه‌های علفی آن را به فاصله ۵ سانتیمتر از سطح زمین می‌برند و جمع‌آوری می‌کنند. گیاه دوباره پایین شروع به رشد می‌کند و این کار را می‌توان تکرار نمود (مثل مهرگیاه و مرزنگوش). شاخه‌های آن را روی سبد در سایه به صورت دسته‌ای در جریان هوا خشک می‌کنند. شاخه‌ها حاوی نوعی اسانس روغنی (این اسانس خود حاوی کارواکرول و سیمول[2] است)، تانن‌ها، لعاب و رزین هستند. آن‌ها قابض، ضدعفونی‌کننده و محرک هستند. از آن‌ها در صورت وجود ناراحتی‌های معده ـ روده‌ای، به عنوان آرام‌کننده، علیه نفخ، اسهال و انگل‌های روده‌ای استفاده می‌شود. برای این کار جوشانده‌ای به نسبت ۳ درصد (دو قاشق سوپخوری در نیم‌لیتر آب) تهیه می‌کنند، به این ترتیب که ۱۵ دقیقه می‌گذارند دم بکشد و به مقدار دو تا سه فنجان در روز مصرف می‌کنند. دم‌کردهٔ این گیاه مقوی و در درمان بیماری‌های زنانه نیز مؤثر است.

چون این گیاه مقوی معده و ضد نفخ است، به عنوان گیاه معطر در مواد گوشتی استفاده می‌شود. این گیاه را به عنوان چاشنی معطر و به جای ادویه به کار می‌برند.

1. Sarriette

2. Carvacrol, Cymol

سنگ‌شکن (صخره‌در)[1]

Saxifraga rotundifolia L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا تیر

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت تا تیر



(تیرهٔ انگور فرنگی)؛ گیاهی علفی، پایا، با بوته‌ای گسترده بر سطح زمین است. برگ‌های آن گرد، دندانه‌دار، کرک‌دار و به رنگ سفید کم‌رنگ هستند. برگ‌ها روی ساقه‌های بلند و محکمی می‌رویند. گل‌های آن لکه‌های زردی در قسمت پایین گلبرگ و لکه‌های قرمزی در قسمت نزدیک به نوک گلبرگ‌ها دارند. گل‌ها به صورت خوشه‌های سستی می‌رویند. میوهٔ آن به شکل کپسول است. این گیاه در نقاط مرطوب و سایه‌دار در کوهستان، جنگل‌های مخروط و در نقاطی که درختچه‌ها می‌رویند و در حاشیه آب‌های جاری در تمام نقاط اروپای مرکزی و جنوبی می‌روید. تاریخ شروع استفاده از خواص دارویی این گیاه به قرن هجدهم می‌رسد که در آن موقع از آن به عنوان مدر و خلط‌آور استفاده می‌کردند.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های این گیاه را از قسمت فوقانی ساقه با دست جدا می‌کنند و پس از خشک کردن در سایه و در کوران هوا یا در خشک‌کن در محلی خشک و در ظرف‌های سربسته نگهداری می‌کنند. سرشاخه‌ها حاوی تانن‌ها، عصاره‌های تلخ، رزین و گلوکوزیدها هستند. این گیاه داروی مدر بسیار خوبی است و اثر مناسبی در تجزیه و حل شدن سنگ‌های کلیه و ادرار دارد. دم‌کرده‌ای از این گیاه به مقدار دو قاشق مرباخوری از قسمت‌های خشک شدهٔ آن برای هر فنجان آب تهیه می‌شود که روزانه یک تا سه فنجان از آن را می‌آشامند. این گیاه در عین حال در اکثر موارد در ترکیبات جوشانده‌هایی که از نعناع، مامیران، هفت‌بند و خارعلیص درست شده به‌کار می‌رود.

نوع دیگر آن ساکسیفراژا گرانولاتا است که گل‌های سفیدی با رگه‌های سبز (شکل بالا سمت چپ) دارد و همین خواص را داراست. این گیاه را نیز جمع‌آوری می‌کنند. بعضی از انواع دیگر آن گیاهان زینتی هستند.

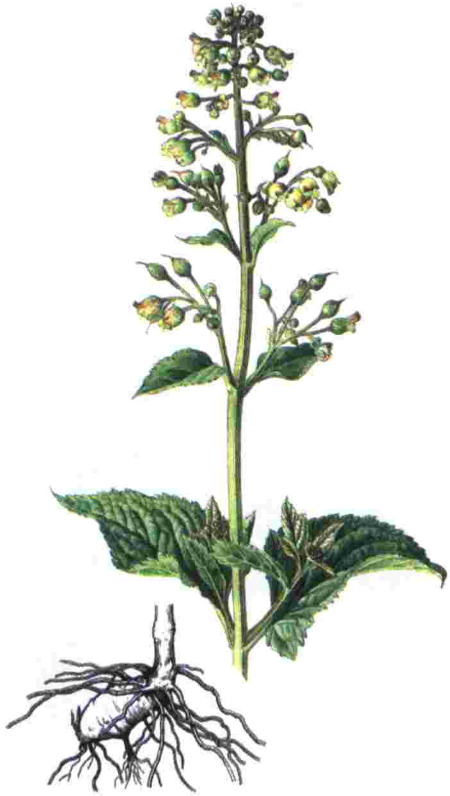
1. Casse - pierre, herbe - a - la- gravelle

علف خنازیر[1]

Scrophularia nodosa L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد

زمان برداشت: ریزوم و ساقه‌ها: اردیبهشت تا شهریور



(تیرهٔ خنازیر)؛ گیاهی علفی، پایا، با کندهٔ زیرزمینی گره‌دار و ساقه‌ای بلند با مقطع چهارگوش است. برگ‌های آن متقابل است و لبهٔ برگ‌ها بریده و دندانه‌دار است. در انتهای شاخهٔ آن خوشه‌ای از گل‌های ریز به صورت کیسه‌ای و به رنگ قهوه‌ای متمایل به قرمز می‌روید. میوهٔ آن به صورت کپسول است. این گیاه به طور خودرو در علفزارها و مراتع و در اطراف نقاط مسکونی می‌روید. مدت مدیدی است که خواص دارویی آن خصوصاً در مداوای سل غده‌ای یا اسکوروفلوز شناخته شده است و نام لاتین این گیاه نیز از آن گرفته شده است.

ریزوم‌های این گیاه و سرشاخه‌های آن را در یک زمان جمع‌آوری می‌کنند و پس از پاک کردن در محلی که کوران هوا وجود داشته باشد می‌گذارند تا خشک شود. این قسمت‌ها حاوی نوعی گلوکوزید، اسکروفولارین[2]، رزین، ساپونین‌ها، پکتین‌ها و اسیدهای آلی هستند. از آن‌ها برای مداوای غدد متورم، اولسرها و زخم‌های عفونی استفاده می‌کنند. برای این کار دم‌کرده‌ای به نسبت ۳ درصد تهیه می‌کنند که باید ۲۰ دقیقه دم بکشد. سپس به مقدار دو تا سه فنجان در روز می‌آشامند. برای استفاده در کمپرس‌ها و پانسمان‌ها نیز دم‌کرده‌ای به نسبت ۸درصد تهیه می‌شود که از آن در درمان گوش‌درد، بواسیر و زخم‌هایی که دیر التیام می‌یابند استفاده می‌شود. سرشاخه‌های این گیاه مدر و ملین ضعیفی است، ولی باید مقدار مصرف آن را محدود کرد، زیرا امکان دارد تولید هماتوری نماید. این گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Scrofulaire Noueuse

2. Scrofularine

گل ناز[1]

Sedum acre L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

✝ زمان برداشت: سرشاخه‌ها : خرداد و تیر

(تیرهٔ گل ناز)؛ گیاهی پایا، کوتاه و پرآب با ریزوم خزنده و ریشه‌دار است. شاخه‌های بالاروندهٔ آن دو نوع هستند. گروهی عقیم هستند (بارور نمی‌شوند) و کاملاً پوشیده از برگند و گروه دیگر توانایی باروری دارند، ولی برگ‌هایشان کم‌تر است. در انتهای شاخه‌های این گروه، گل‌های گیاه می‌رویند. برگ‌ها گوشتی‌اند و طعمی شدیداً تند دارند. گل‌های زرد آن به صورت خوشه‌ای در انتهای ساقه به صورت واژگون می‌رویند. میوهٔ آن کیسه‌ای است. این گیاه روی تپه‌های کوچک و خشک، درسنگلاخ‌ها و روی دیوارها می‌روید. در قدیم از پودر آن علیه مالاریا، بحران‌های صرع و اسهال استفاده می‌کردند.

شاخه‌های برگدار این گیاه را برای مصارف دارویی جمع‌آوری و با حداکثر حرارت ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. این اندام‌ها مقدار زیادی آب دارند و سرشار از لعابند و به همین دلیل مدت زمان لازم برای خشک کردن آن نسبتاً طولانی است. این گیاه حاوی آلکالوئیدهایی از قبیل سدامین[2]، نیکوتین و روتین[3] است و همچنین قند و ویتامین C دارد و در داخل خاکستر آن کربنات سدیم نیز یافت شده است. از این گیاه برای ساختن داروهای آرترواسکلروز[4] و فشار خون استفاده می‌شود.

مقدار مصرف برای تهیه دم‌کردهٔ آن یک قاشق مرباخوری از سرشاخه‌های آن همراه با یک فنجان آب است و در طب مصرف روزانه دو فنجان از این دم‌کرده توصیه می‌شود. در عین حال باید متذکر شد که این گیاه سمی است و در صورت مصرف آن به مقدار زیاد باعث سردرد، ضعف عمومی و تهوع می‌شود. این گیاه روی پوست اثر می‌گذارد به همین خاطر در ترکیبات مرهم‌ها و پمادهای پوستی از آن استفاده می‌شود. شاخه‌های تازهٔ آن را خرد می‌کنند و برای مداوای اگزما، ناراحتی‌های قارچی پوست، اولسرها و میخچهٔ پا به کار می‌برند. مدت درمان اولیه باید کوتاه باشد. مدت درمان را باید در همان مرحله اول تعیین کرد. عصارهٔ تازه آن ممکن است باعث آسیب‌دیدگی غیرقابل ترمیمی در چشم شود.







1. Orpin Brûlant, Poivre - de - muraille
2. Sédamine
3. Rutine
4. Artériosclérose

قپاقوروغی (همیشگی)[1]

Sempervivum tectorum L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد
زمان برداشت: برگ برای نگهداری: تیر و مرداد.
برگ‌های تازه: اردیبهشت تا شهریور



(تیرهٔ گل ناز)؛ گیاهی پایا و علفی است دارای بوته‌ای با برگ‌های گوشتی و خوابیده در سطح زمین که در طبیعت و باغ‌ها، زمین‌های خشک را فرش می‌کند. از بوته‌های قدیمی کاملاً رسیده در اوایل تابستان ساقه‌ای می‌روید که در نوک آن خوشه‌ای اسکورپوئید مرکب با گل‌های صورتی‌رنگ ظاهر می‌شود. بوته برگدار آن پس از گل دادن از بین می‌رود. ولی گیاه به وسیلهٔ ساقهٔ خود دوباره بوته ماده را تولید می‌کند. این گیاه روی زمین‌هایی می‌روید که خاک آن از تخریب طبقات و از صخره‌های تخریب شده به وجود آمده باشد. اغلب این گیاه را در باغ‌ها و در سنگلاخ‌ها می‌کارند. در قدیم این گیاه را روی دیوارها و بام‌ها می‌کاشتند و تصور می‌کردند صاعقه را دور می‌کند.

برای مصارف دارویی برگ‌های آن را در هوای خوب و زمان گل دادن گیاه با دست می‌چینند. سپس آن‌ها را روی سبد پهن نموده مرتباً از این رو به آن رو می‌کنند. این گیاه خیلی کند خشک می‌شود. برگ‌ها حاوی تانن‌ها، مواد اصلی تلخ، قندها و لعاب هستند. این گیاه از جمله گیاهانی است که امروزه به ندرت از آن استفاده می‌شود. در طب مردمی از این گیاه برای درمان اسهال شدید استفاده می‌کنند. برگ‌های تازه و خرد شده یا عصاره آن محل نیش حشرات و خارش آن را تسکین می‌دهد. همچنین عصارهٔ این گیاه را درآب رقیق نموده به عنوان غرغره در صورت ورم مخاط دهان مصرف می‌کنند.

انواع بسیاری از این گیاه موجود است که با هم مختلط شده و بسیاری از پیوندی‌های آن زینتی‌اند. همه انواع آن گرده و عسل دهنده هستند.

1. Joubarbe de toits

خارعلیص (خار مریم)[1]

Silybum marianum (L.) GAERTN.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: میوه‌ها: مرداد و شهریور



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی یکساله یا زمستانی است دارای ساقه‌ای منشعب. برگ‌ها فاقد دمبرگ، متناوب و تیغدارند. در نوک شاخه‌ها غنچه‌های گل بنفش‌رنگی به شکل لوله‌ای می‌رویند. میوهٔ آن خشک و کاکل‌دار است. موطن آن مناطق مدیترانه بوده و اغلب در باغ‌های روستایی به عنوان گیاهی دارویی و زینتی کشت می‌شود. این گیاه معمولاً به محیط اطراف خود خو می‌گیرد. خواص دارویی آن از زمان‌های دور شناخته شده و برای مداوای ناراحتی‌های کیسه صفرا و کبد به کار می‌رفته است.

از نظر دارویی میوه‌های این گیاه از دیگر قسمت‌های آن باارزش‌تر هستند. غنچه‌های این گیاه را پس از این که کاملاً رسیدند جمع‌آوری می‌کنند. سپس آن‌ها را خشک می‌کنند ودانه‌ها را از آن جدا کرده تمیز می‌کنند. دانه‌ها حاوی لیپیدها، آلبومین‌ها، اسانس‌های روغنی و فلاونوئیدهای مهم، سیلیبین و سیلی‌مارین[2] هستند. قسمت اعظم گیاه تولید شده در صنایع داروسازی مصرف می‌شود و از آن تنطور، قطره، پاستیل و غیره می‌سازند که دارای مقداری مواد محرکهٔ کاملاً مشخص هستند. این تولیدات از نظر پزشکی داروهای مؤثری علیه ناراحتی‌های کیسه صفرا هستند. آن‌ها همچنین مسهل صفرا هستند و در صورت آسیب‌دیدگی بافت کبد آن را ترمیم می‌کنند. در طب مردمی از دانه‌ها جوشانده‌ای به مقدار ۲ درصد که ۸ دقیقه جوشیده شده باشد تهیه می‌کنند. مقدار دانه‌های مصرفی ۲ تا ۶ گرم در روز است. این جوشانده در عین تب‌بر بودن کار کبد و صفرا را هم تحریک می‌کند. مصرف پودر میوه‌های آن و حتی مکیدن میوه‌های کامل آن گاهی همان اثرات را دارد.

1. Chardon - Marie
2. Silybine , Silymarine

خردل سفید[1]

Sinapis alba L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: دانه: تیر و مرداد



(تیرهٔ شب‌بو)؛ گیاهی علفی و یکساله است، ساقهٔ آن راست و دارای برگ‌های متناوب، بلند، خمیده و با بریدگی‌های شانه‌ای است. در نوک شاخه‌ها خوشه‌ای از گل‌های زرد می‌روید. میوهٔ آن غلافی دارد که در موقع رسیدن از هم باز نمی‌شود و دانه‌های آن زرد و صاف هستند. تمام گیاه پوشیده از پرزهای زبر است. موطن آن مناطق مدیترانه است و در مزارع به علت این که علوفه باارزشی است و روغن نیز دارد، کشت می‌شود. در قدیم یکی از مهم‌ترین گیاهان دارویی و بهداشتی شناخته شده بود و به عنوان گیاه معطر و پادزهر مورد استفاده قرار می‌گرفت.

دانه‌های آن را که اهمیت غذایی و دارویی زیادی دارند پس از رسیدن در مزارع به طور مکانیکی جمع‌آوری می‌کنند. پس از آن که دانه‌ها را تمیز کردند آن‌ها را خشک می‌کنند. دانه‌ها دارای روغن چرب تا ۳۰ درصد، لعاب و ۲ درصد سینالبین[2] هستند که ماده‌ای است که در محیط مرطوب و در حضور آنزیمی به نام میروزین[3] تجزیه می‌شود و سِنُول[4] گوگردی می‌دهد. از آرد خردل در تهیه ضمادها و پانسمان‌ها به منظور قرار دادن روی نقاط مبتلا به دردهای روماتیسمی استفاده می‌کنند که موجب تحریک پوست می‌شود. ضماد این گیاه با گرمای ۴۰ درجه سانتیگراد اثر بیش‌تری دارد، ولی ممکن است به پوست نیز آسیب برساند.

دانه‌های کامل آن در صنایع داروسازی برای نگهداری بعضی از سبزی‌ها به کار می‌رود و از دانه‌های آسیاب شدهٔ آن برای تهیه خردل خوراکی استفاده می‌شود. این گیاه عسل‌دهنده و گرده دهندهٔ بسیار خوبی است.

شکل بالا سمت چپ گل رافانوس رافانیستروم[5] است که به گل خردل شباهت دارد و با نوع دیگر آن (سیناپیس[6] آلبا، خردل سفید) فرق می‌کند. کاسه گل نیز برگ سبز به هم چسبیده‌ای است.

1. Moutarde Blanche
2. Sinalbine
3. Myrosine
4. Sénevol
5. Raphanus Raphanistrum
6. Sinapis

تاجریزی[1]

Solanum dulcamara L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

† زمان برداشت: شاخه‌ها: اسفند تا فروردین و مهر



(تیرهٔ سیب‌زمینی)؛ درختچه‌ای با کنده چوبی و شاخه‌های خزنده پوشیده از برگ‌های نیزه‌ای است. از بغل برگ‌ها خوشه‌های مرکبی از گل‌های بنفش می‌روید. میوهٔ آن سته بیضی و قرمزرنگ است. این گیاه در علفزارها، در پای دیوارها و حاشیه رودخانه‌ها و جویبارها می‌روید و از قدیم‌الایام خواص دارویی آن شناخته شده بود و از آن به عنوان تب‌بر و علیه پنومونی، زردی و بیماری‌های تناسلی استفاده می‌کردند.

برای مصارف دارویی شاخه‌های علفی آن را جمع‌آوری و قطعه‌قطعه می‌کنند و قسمت‌های کلفت‌تر آن را برش طولی می‌دهند. سپس در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. این گیاه سمی است و قسمت‌های خشک آن حاوی ساپونین ـ گلوسیدهای خنثی و گلوکو آلکالوئیدهای استروئید (دولسین ـ دولکامارین)[2] است. این دو گروه از مواد خاصیت ضد میکروبی دارند. جوشاندهٔ این گیاه برای مبادلات متابولیکی مفید است و شخص را از نظر جسمانی و روانی تقویت می‌کند. همچنین از این گیاه در درمان برونشیت مزمن استفاده می‌شود و از آن در شستشوها و کمپرس‌ها برای مداوای درماتوزها و اگزما استفاده می‌کنند. مواد محرکه موجود در این گیاه مدت کوتاهی است که تحت مطالعه عمیقی قرار گرفته، زیرا از طریق نیمه مصنوعی می‌توان از آن‌ها مواد هورمونی (کورتیکوئید، هورمون مردانه) به دست آورد.

گیاه نزدیک به آن مورل سیاه است که گیاهی خودروست و میوه‌های سیاهرنگی دارد، ولی جمع‌آوری نمی‌شود.

1. Douce - Amere 2. Dulcine - Dulcamarine

علف طلایی[1]

Solidago virgaurea L.

دوران گل‌دهی: مرداد تا مهر

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: مرداد و شهریور



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی است علفی، پایا، با ساقه‌ای شاخه‌دار و راست. برگ‌های آن نیزه‌ای و متناوب هستند. ساقهٔ آن اغلب در قسمت پایین به رنگ بنفش است و غنچه‌های زرد رنگ آن به صورت خوشه‌ای در قسمت انتهای شاخه‌ها می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و دارای کاکل است. این گیاه به طور معمول در آسیا، اروپا و امریکای شمالی در میان بیشه‌زارها، روی دامنه‌های خشک و روی صخره‌ها چه در دشت و چه در کوهستان می‌روید.

سرشاخه‌های این گیاه را هنگامی که گیاه گل داده در هوای خوب با دست جمع‌آوری می‌کنند و برای خشک کردن روی سبد یا به صورت دسته‌های آویزان در جریان هوا قرار می‌دهند، بطوری که پس از خشک شدن گیاه باید رنگ و بوی اولیه خود را حفظ کرده باشد. درصورت استفاده از خشک‌کن حرارت آن نباید از ۴۰ درجه سانتیگراد تجاوز کند. از میان مواد محرکهٔ اصلی که در این گیاه وجود دارد می‌توان از ساپونین‌ها، تانن‌ها، شیره‌های تلخ، اسانس‌های روغنی و نوعی ماده رنگی آلی نام برد. این گیاه مدر خوبی است که ورم دستگاه ادراری را نیز از بین می‌برد و دردهای تشنجی را آرام می‌کند. از این گیاه در درمان بیماری‌های ادراری، برای بهبود کار کلیه‌ها و همچنین پروستات استفاده می‌شود. مصرف این گیاه علیه برونشیت مزمن، سرفه و بحران‌ها آسمی نیز مؤثر است. دم‌کرده‌ای از آن به مقدار ۱ تا ۲ قاشق سوپخوری برای هر فنجان آب تهیه می‌کنند و در طول روز می‌آشامند. در مصارف خارجی از آن برای مداوای اولسر پاها و زخم‌های عفونی استفاده می‌گردد.

علف طلایی کانادایی (شکل گل آن در پایین سمت راست) اگرچه گیاهی طبی است، ولی آن را جمع‌آوری نمی‌کنند.

1. Solidage, Verge D'or

تلخ بیان ژاپنی[1]

Sophora japonica L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد

زمان برداشت: جوانه‌ها : تیر



(تیرهٔ بقولات)؛ درخت بزرگی است با شاخه‌های مدور فراوان که اول سبز و سپس خاکستری می‌شوند. برگ‌های پرمانند آن سبزرنگ هستند. این درخت گل‌های سفید متمایل به زرد دارد که به طور گروهی در خوشه‌ها روی ساقه‌های یکساله می‌رویند. میوهٔ آن غلافی دارد که محتوی ۳ تا ۴ دانه است. موطن اولیه این گیاه آسیای شرقی است. این گیاه به خوبی آب و هوای اروپایی را تحمل می‌کند و اغلب به عنوان گیاهی تزیینی در پارک‌ها و معابر کاشته می‌شود. دو نوع از این گیاه (نوع پولوروز و نوعی که گل‌های بنفش دارد) شناخته شده است. این گیاه در تابستان به مقدار زیادی گل می‌دهد، ولی در آب و هوای اروپایی میوه نمی‌دهد.

برای مصارف طبی جوانه‌های گلدار و بعضی مواقع برگ‌ها و پوسته این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. جوانه‌های آن را با دست و همراه تمام پایه‌هایشان می‌چینند. وقتی که گل‌ها شروع به پژمرده‌شدن کردند آن‌ها را از پایه خود جدا می‌کنند، سپس روی سبدی پهن می‌کنند و در مدت دو ساعت در حرارت ۱۰۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند و بالاخره برای این که کاملاً خشک بشوند آن‌ها را در هوای آزاد می‌گذارند. جوانه‌ها تلخ‌مزه‌اند و حاوی خصوصاً روتین (تا ۲۰ درصد) هستند. این ماده اثر خوبی روی قابلیت مویرگ‌ها دارد که اثر آن را با مصرف ویتامین C می‌توان تقویت کرد. قسمت اعظم تولیدات این گیاه در صنایع داروسازی برای تهیه داروهایی که ناراحتی‌های گردش خون، بیماری‌های عصبی و ورم‌ها را مداوا می‌کنند به کار می‌رود. این داروها خیلی مؤثرند ولی مقدار آن را باید پزشک بر حسب نوع بیماری تعیین کند.

1. Sophora

تیس (بارانک)[1]

Sorbus aucuparia L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

زمان برداشت: میوه‌ها: مهر و آبان



(تیرهٔ گل سرخ)؛ درخت، در بعضی مواقع درختچه‌ای است که شاخه‌هایش در وهله اول پرزدار است و سپس صاف می‌شود. رنگ شاخه‌ها قهوه‌ای است. برگ‌های آن بریدگی‌های شانه‌ای دارند و روی شاخه‌های جوان به طور متناوب می‌رویند. گل‌های ریز سفید آن نیز به صورت خوشه‌ای در انتهای شاخه‌ها می‌شکفند. میوهٔ آن گوشتدار و قرمز است. موطن این گیاه آسیا و اروپا بوده و در جنگل‌های روشن، بیشه‌زارها و در نقاطی که خاک از تخریب طبقات سطحی زمین به وجود آمده و حتی در ارتفاعات می‌روید. میوهٔ این گیاه در قدیم به عنوان ملین به کار می‌رفت در تهیه سرکه و مشروبات از آن استفاده می‌شد.

میوهٔ این گیاه را پس از رسیدن در هوای آفتابی جمع‌آوری می‌کنند، سپس در سایه به آرامی خشک کرده در خاتمه زیر نور خوشید یا در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. طعم میوه‌ها گس است وسرشار از اسیدهای آلی، تانن، قند، پکتین و مقدار زیادی ویتامین هستند. از آن‌ها به عنوان ملینی سبک، مدر و نیروبخش استفاده می‌شود. مصرف آن به صورت دم‌کردهٔ ۱۵ گرم از میوهٔ خشک آن در ۲۰۰ میلی‌لیتر آب است که هر بار به مقدار یک قاشق سوپخوری (سه الی چهار بار در روز) از آن مصرف می‌کنند. خیساندهٔ سرد آن نیز اثرات بسیار خوبی از خود به جای می‌گذارد. (هشت تا ده ساعت این میوه را می‌خیسانند). میوهٔ این گیاه منبع اصلی سوربیتول است که مادهٔ غذایی مهمی برای افراد مبتلا به دیابت به شمار می‌رود. سوربیتول همچنین در صنایع برای تهیه و به دست آوردن ویتامین C مورد استفاده قرار می‌گیرد.

انواع دیگر این گیاه که میوهٔ شیرینی نیز می‌دهند در تهیه و ساخت کمپوت‌ها، لیکورها و مشروبات معطر به کار می‌روند. از مصرف یکباره و زیاد این میوه‌ها باید دوری جست.

1. Sorbier des oiseaux

سنبله‌ای طبی[1]

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد

Stachys officinalis (L.) TREV.(syn.: *Betonica officinalis* L.)

(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی علفی و پایاست. ساقهٔ راست آن ساده و دارای مقطع چهارگوشی است. برگ‌های آن متقابل، دارای دمبرگ و پهنهٔ آن به شکل بیضی است. برگ‌های بوتهٔ زمینی آن نیزه‌ای هستند و در انتهای ساقه خوشه‌ای از گل‌های بنفش می‌روید. میوهٔ آن فندقه تتراکن است (شکل پایین سمت راست). تمام قسمت‌های گیاه زبر است. موطن آن اروپای غربی و جنوبی بوده و در دشت‌ها و مرغزارهای جنگلی، نقاط تُنک جنگل و مراتع کوهستانی می‌روید. ریشهٔ آن در قدیم به عنوان قی‌آور مصرف می‌شد.

خواص دارویی این گیاه خیلی کم شناخته شده است و آن را در حین گل دادن با بوته زمینی‌اش می‌چینند و سپس در سایه روی سبد و در کوران هوا قرار می‌دهند یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. گیاه بوی معطری از خود متصاعد می‌کند و طعم تلخی دارد. این گیاه حاوی تانن‌ها، مواد اصلی تلخ، اسانس روغنی و آلکالوئیدهاست. از این گیاه علیه ناراحتی‌های مجاری تنفسی و به عنوان آرام‌کننده و همچنین در درمان آسم استفاده می‌کنند. از اثرات ضدعفونی‌کننده و قابض آن در مداوای اسهال و ورم مثانه استفاده می‌شود. دم‌کرده‌ای از پودر این گیاه به مقدار یک تا دو گرم تهیه می‌کنند که یک روز (سه وعده) آن را می‌آشامند. دم‌کردهٔ آن خصوصاً به طور مخلوط با دیگر گیاهان محرک است. این گیاه همچنین در تسکین دردهایی که ریشهٔ عصبی دارند مؤثر است. برگ‌های تازه (یا جوشانده) این گیاه را در کمپرس‌ها روی زخم‌ها و آماس‌ها به‌کار می‌برند. در دامپزشکی از این گیاه برای مداوای ناراحتی‌های جهاز هاضمه استفاده می‌کنند.



1. Bétoine officinale

هماور طبی[1]

Symphytum officinale L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا شهریور

زمان برداشت: ریشه: شهریور تا آبان و اسفند



(تیرهٔ گاوزبان)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریشه‌ای مخروطی و سیاهرنگ است. مقطع ساقهٔ آن چهارگوش و با برگ‌های متناوب، نیزه‌ای و زبر است. از بغل برگ‌های فوقانی خوشه‌های خمیده‌ای از گل‌های آبی ـ بنفش می‌رویند. میوهٔ آن فندقه تراکن است (شکل پایین سمت راست). این میوه‌ها ندرتاً سفیدند. تمام قسمت‌های گیاه از پرزهای زبری پوشیده شده است. این گیاه را در علفزارها و مناطق مرطوب می‌توان یافت و در قدیم از آن برای مداوای ضربدیدگی و شکستگی استُخوان استفاده می‌کردند.

ریشهٔ این گیاه را پس از جمع‌آوری می‌شویند و قسمت‌های سبز آن را قطع و به دو قسمت تقسیم نموده به سرعت در آفتاب یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. ریشه‌ها حاوی تانن‌ها، لعاب، نشاسته و آلکالوئیدها هستند. در اکثر موارد از این گیاه در مصارف خارجی به صورت کمپرس، ضماد، مرهم و جوشانده استفاده می‌شود. مواد مؤثرهٔ موجود در این گیاه اثر ضد التهابی دارند، درد دندان را آرام می‌کنند (غرغره) و پارادونتز هستند. در صورت افزودن آن به آب حمام درد روماتیسمی، واریس، اولسر و اگزما را تسکین می‌دهد. دم‌کرده و پودر ریشهٔ این گیاه بیماری‌های مزمن مجاری تنفسی، اولسرهای شکم، سل و اسهال را مداوا می‌کند. ریشهٔ تازه و خرد شدهٔ این گیاه را برای تسکین درد روی مفاصل دردناک می‌گذارند. شکل‌های بالا گل‌های نوع سمفیتوم توروسوم را نشان می‌دهد.

1. Consoude officinale

گل قاصد[1]

دوران گل‌دهی: فروردین تا مهر

زمان برداشت: ریشه : اسفند و شهریور تا مهر. سرشاخه‌ها: اسفند و فروردین. برگ‌ها : اردیبهشت تا شهریور. گل‌ها : فروردین و اردیبهشت

Taraxacum officinale web. in WIGGERS (syn.: *Leontodon taraxacum* L.)



(تیرهٔ مرگبان)؛ گیاهی علفی، پایا با ریشه‌ای عمودی و برگ‌های گسترده در سطح زمین است. در اوایل بهار ساقهٔ آن گلی زرد رنگ و پُر پر می‌دهد. پس از گل دادن غنچهٔ آن تبدیل به گلوله‌ای از میوه‌های فندقهٔ کاکل‌دار می‌شود (شکل بالا سمت چپ). تمام قسمت‌های گیاه دارای شیره‌ای سفیدرنگ و غیرسمی است. از قدیم ــ چنان که از نام لاتین آن پیداست (تاراکسیس به معنای ورم چشم) ــ از این گیاه برای مداوای ناراحتی‌های چشمی استفاده می‌شده است.

ریشه، شاخه، برگ و گل این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. ریشه‌ها را کاملاً می‌شویند و برش طولی می‌دهند. برای خشک کردن آن را تا حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت می‌دهند. شاخه‌ها را قبل از گل دادن و بعضی مواقع همراه با ریشه‌ها جمع‌آوری می‌کنند. برگ‌ها و گل‌ها را برای تصفیه خون در فصل بهار می‌چینند. ریشه‌ها و دیگر قسمت‌های این گیاه حاوی ترپن‌ها، تاراکساسین و تاراکستین[2]، نوعی گلوکوزید، استرول‌ها، اسیدهای آمینه، تانن‌ها تا ۲۵ درصد، اینولین و کائوچو هستند. ریشه و ساقه این گیاه مقوی معده است (دارای مواد تلخ تقویت‌کننده)، ترشح عصاره معده را تحریک می‌کند و مسهل صفراست. برگ‌های جوان و تازهٔ آن سرشار از ویتامین C هستند و در سالاد به مصرف می‌رسند. گل‌ها حاوی کاروتنوئید و تری‌ترپن هستند. مربای این گل‌ها ضد سرفه است، ولی نمی‌تواند جایگزین عسل که خیلی مؤثرتر است بشود.

1. Pissenlit

2. Taraxacine, Taraxétine

سرخدار[1]

Taxus baccata L.

دوران گل‌دهی: اسفند و فروردین

✝ زمان برداشت: برگ‌ها : خرداد



(تیرهٔ سرخدار)؛ درخت یا درختچه‌ای همیشه سبز است با پوست قهوه‌ای متمایل به قرمز و شاخه‌هایی کاملاً پوشیده از برگ‌های سوزنی به رنگ سبز تیره. برگ‌ها به مدت شش تا هشت سال روی شاخه باقی می‌مانند. این درخت گل‌های دوجنسی می‌دهد. گل‌های نر آن روی مخروط‌های گرد و گل‌های مادهٔ آن به طور منفرد روی شاخه‌های کوتاه می‌شکفند. میوهٔ آن سته و قرمزرنگ است. این گیاه از قدیم در آسیا، اروپا و آفریقا وجود داشته و امروزه در بسیاری از کشورها مورد حفاظت قرار گرفته است. گیاهی زینتی است و به همین دلیل انواع مختلفی از آن در پارک‌ها و باغ‌ها کاشته می‌شود. در عین حال کاشتن این گیاه در اطراف مدارس و میادین ورزش منع شده است، زیرا تمام قسمت‌های این گیاه بجز میوه‌های قرمز آن شدیداً سمی است.

برگ‌های سوزنی آن‌که روی شاخه‌های همان سال روییده‌اند با احتیاط تمام جمع‌آوری می‌شوند. برگ‌ها حاوی نوعی آلکالوئید سمی، تاکسین، گلوکوزیدها، مواد اصلی تلخ، رزین‌ها و ویتامین C هستند. در قدیم از آن به صورت تازه روی محل نیش‌زدگی مار و علیه هاری استفاده می‌شد، ولی امروزه به ندرت از آن استفاده می‌کنند. مصرف آن در تحریک فعالیت قلب، بالابردن فشار خون و تحریک حرکات دودی روده مؤثر است. به علت سمی بودن این گیاه مصرف آن روز به روز کاهش می‌یابد. مواد مؤثرهٔ موجود در آن بسیار سریع و در عرض چند دقیقه جذب می‌شوند.

چوب این گیاه بسیار سخت است و صمغ ندارد و از آن در صنایع اسلحه‌سازی و ساخت سایر ادوات استفاده می‌شود. این گیاه همچنین تولیدکننده گرده و عسل دهندهٔ خوبی است.

1. If

مریم‌نخودی[1]

Teucrium chamaedrys L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: تیر و مرداد



(تیرهٔ نعناع)؛ درختچه‌ای است با جست‌های زیرزمینی و چوبی که شاخه‌های هوایی علفی تولید می‌کند. برگ‌های آن متقابل و لبهٔ برگ‌ها دندانه‌دار است. از بغل برگ‌ها در قسمت فوقانی ساقه گل‌های قرمز مایل به بنفشی به طور چتری و منفرد به تعداد کم می‌رویند. حقهٔ گل‌ها به رنگ بنفش است. میوهٔ آن فندقه تتراکن است. تمام گیاه پوشیده از پرز و معطر است. موطن این گیاه اروپای مرکزی و جنوبی بوده و در دامنه‌های سنگلاخ خصوصاً در نقاطی که زمین آهکی باشد می‌روید. خواص دارویی آن از قدیم‌الایام شناخته شده و از آن به عنوان گیاهی دارویی نام برده‌اند. پودر این گیاه را علیه زکام به کار می‌بردند و همچنین مانند توتون از آن استفاده می‌کردند.

سرشاخه‌های این گیاه را هنگامی که کاملاً گل کرده است، در هوای آفتابی می‌چینند. پس از آن در سایه و در کوران هوا یا در خشک‌کن با حرارت حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. خشک‌شدهٔ آن سرشار از اسانس روغنی، عصاره‌های تلخ و تانن‌هاست. این مواد قابضند و در ضمن اثر خوبی روی فعالیت معده دارند. برای تحریک اشتها، بهبود فعالیت دستگاه گوارش و درمان اسهال، دم‌کرده‌ای از این گیاه به مقدار دو قاشق سوپخوری در یک لیتر آب (از قسمت‌های خشک‌شده گیاه) تهیه می‌کنند که قبل از غذا از آن می‌نوشند. در مصارف خارجی این گیاه را در شستشوها و کمپرس‌ها روی زخم‌هایی که دیر التیام می‌یابند و بواسیر استفاده می‌کنند. جوشاندهٔ آن مسهل صفرا و آرامبخش است. مریم نخودی عسل دهندهٔ خوبی است.

1. Germandrée Petit - chêne

سوسن عنبر[1]

Thymus serpyllum L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ نعناع)؛ گیاهی پایا، با ساقه‌ای کوتاه و خزنده است. برگ‌های آن متقابل و باریک هستند. در نوک شاخه‌های آن گل‌های بنفش‌رنگی به طور چتری و منفرد می‌رویند. میوهٔ آن فندقه تتراکن است. تمام اندام‌های گیاه معطرند. این گیاه را در آسیا و اروپا روی تپه‌های کوچک آفتابگیر، در گودال‌ها و چاله‌ها می‌توان یافت.

شاخه برگدار آن را از قدیم به خاطر خواص دارویی‌اش جمع‌آوری می‌کردند. این کار را هنگامی که گیاه کاملاً گل داده است در هوای آفتابی با بریدن قسمت‌های فوقانی و علفی گیاه انجام می‌دهند، سپس در سایه و در حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد گرما خشک می‌کنند. پس از خشک کردن آن‌ها را در ظروفی دربسته و جدا از دیگر گیاهان نگهداری می‌کنند. آن‌ها حاوی اسانس روغنی تا ۰/۶ درصد (این اسانس خود محتوی تیمول و کارواکرول است)، عصاره‌های تلخ، تانن‌ها و نمک‌های معدنی هستند. تیمول ضدعفونی‌کننده‌ای قوی است که از فنول مفیدتر است، زیرا به پوست آسیب نمی‌رساند و قدرت بوزدایی نیز دارد. از این گیاه برای ساخت خمیردندان استفاده می‌شود. عصارهٔ این گیاه را در ترکیبات مختلفی به شکل قطره علیه سیاه‌سرفه، کاتاره‌های مجاری تنفسی فوقانی، ناراحتی‌های معده ـ روده‌ای به کار می‌برند. حمام سوسن عنبر تقویت‌کننده اعصاب است و برای مداوای زخم‌های عفونی و بدبو به کار می‌رود. از تقطیر شاخه‌های تازهٔ آن اسانسی به دست می‌آید که در درمان کاتاره‌های برونشیک، گریپ و سرفه مؤثر است و از آن در تهیه مرهم‌ها استفاده می‌کنند.

1. Serpolet

آویشن[1]

Thymus vulgaris L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت و خرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ نعناع)؛ درختچه‌ای کوتاه و پرشاخه است. شاخه‌های علفی آن پوشیده از برگ‌های متقابل و نازک است. از بغل برگ‌ها در قسمت فوقانی ساقه گل‌های سفید ریزی به طور چتری و منفرد می‌رویند. میوهٔ آن فندقه چهار قسمتی است. تمام اندام‌های گیاه معطر است. محل رویش اولیه آن منطقهٔ مدیترانه بوده و در حال حاضر در باغ‌ها و مزارع به عنوان گیاهی معطر و دارویی کشت می‌شود. مصری‌های قدیم از اسانس آویشن برای مومیایی کردن مردگان خود استفاده می‌کردند.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های این گیاه را در اوایل دورهٔ گلدهی جمع‌آوری می‌کنند (در طول تابستان سال بعد گیاه مجدداً خود را ترمیم می‌کند). سپس آن‌ها را در لایه‌های نازک در سایه یا در خشک‌کن با حداکثر ۳۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. سرشاخه‌های آن حاوی نوعی اسانس روغنی (ماده اصلی تشکیل دهندهٔ این اسانس تیمول و کارواکرول است)، تانن‌ها، مواد اصلی تلخ، ساپونین‌ها و ضدعفونی‌کننده‌های گیاهی هستند. دم‌کردهٔ آن به مقدار یک قاشق مرباخوری در هر فنجان آب (سه بار در روز) به هضم غذا کمک می‌کند و ضد سرفه است. این گیاه تشنجات را تسکین می‌دهد و ضد بو است. از این گیاه در تهیه غرغره‌ها و حمام‌های کمکی در رژیم‌های لاغری استفاده می‌کرده‌اند. از شاخه‌های تازهٔ آن اسانس آولیئن به دست می‌آید که سرشار از تیمول است و در دندانسازی و لوازم آرایشی و همچنین در تهیه خمیرها و مایعات شستشوی دندان‌ها به کار می‌رود.

آویشن علفی معطر است و از آن برای معطر ساختن سس‌ها، غذاهای گوشتی، و ماهی (در کنسروسازی) استفاده می‌شود.

1. Thym Commun

نم‌دار[1]

Tilia cordata MILL.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد و تیر



(تیرهٔ نم‌دار)؛ درختی است بزرگ با شاخه‌های غده‌دار که ارتفاع آن به ۴۰ متر نیز می‌رسد. برگ‌های گرد و قلبی‌شکل آن دارای پهنکی هستند که کاملاً با هم قرینه نیستند. حاشیه برگ دندانه‌دار و قسمت رویی به رنگ سبز و قسمت پشتی به رنگ سبز مایل به کبود با کرک‌های حنایی‌رنگ در محل فرورفتگی رگبرگ‌هاست. از بغل برگ‌ها خوشه‌های پایه‌داری دارای ۳ تا ۱۵ عدد گل همراه با برگی به شکل غلاف می‌رویند. این گیاه در آسیا و اروپا و امریکا به شکل تک‌درخت در جنگل‌ها یا در حواشی آن‌ها می‌روید و اغلب به عنوان گیاهی زینتی در معابر، پارک‌ها یا نزدیک بناهای تاریخی و نقاط مسکونی کشت می‌شود. گل‌های این گیاه را در هوای آفتابی می‌چینند و در سایه و در محلی که هوا جریان دارد، تا موقعی که به رنگ سبز مایل به زرد درآیند خشک می‌کنند. گل‌ها عطر خوشایندی دارند و لعابدار هستند. دم‌کردهٔ آن بهترین داروی سرماخوردگی است، زیرا این گیاه معرق خوبی است.

قسمت‌های خشک این گیاه اشتهاآور، آرامبخش و مدر است. از شاخه‌های نازک آن برای تهیه زغالی استفاده می‌کنند که علیه گاز روده‌ای، ترشح زیاد اسید معده، بیماری‌های کبدی و صفراوی و جذب سموم به کار می‌رود.

این گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوبی است و یک درخت آن به تنهایی ۱۰ کیلو عسل شفاف می‌دهد. از چوب آن نیز در مبل‌سازی و کنده‌کاری و از پوست آن برای نگهداری زنبور عسل استفاده می‌کنند. درخت نم‌دار با برگ‌های بزرگ نیز همین خواص را داراست.

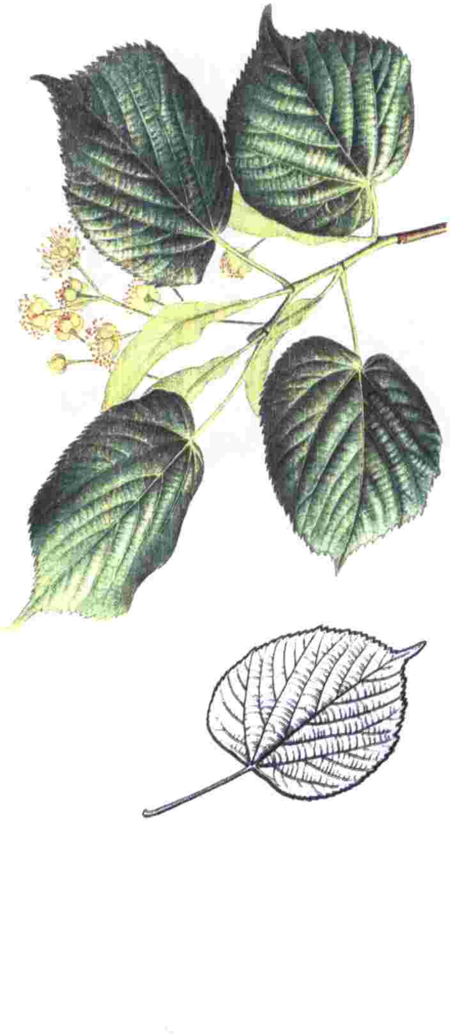
1. Tilleul a feuilles cordées

نم‌دار با برگ‌های بزرگ[1]

Tilia platyphyllos SCOP.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: گل‌ها : خرداد و تیر



(تیرهٔ نم‌دار)؛ درختی است که اغلب در معابر، پارک‌ها، نزدیک نقاط مسکونی و مناطقی که جنگل را احیا می‌کنند کاشته می‌شود. شاخه‌های آن قهوه‌ای تیره و برگ‌هایش بزرگ و قلبی‌شکل است. هر دو طرف برگ‌ها به رنگ سبز است. دمبرگ‌ها کرکدارند و فرورفتگی محل رگبرگ‌ها دارای انبوهی از کرک‌های سفید است. از بغل برگ‌ها خوشه‌ای با سه تا هفت عدد گل که دارای غلاف بزرگی است خارج می‌شود. میوهٔ آن فندقه، گرد و پرزدار است. این گیاه در تمام نقاط معتدل می‌روید و از قدیم به عنوان یکی از مهم‌ترین گیاهان دارویی شناخته شده است.

گل‌های این گیاه را از روی درختانی که در جریان آلودگی‌ها قرار نداشته باشند جمع‌آوری می‌کنند. سپس گل‌ها را در سایه و در کوران باد خشک می‌کنند. آن‌ها را باید در محلی خشک نگهداری کرد. حداکثر مدت نگهداری یک سال است. گل‌ها مقدار کمی اسانس روغنی دارند، ولی حاوی قندها، لعاب، تانن‌ها و ۱۱ گلوکوزید مختلف هستند که به عنوان مثال می‌توان از آن‌ها فلاون ـ گلوکوزید تیلیروزید را نام برد.

به علت وجود همین فلاون ـ گلوکوزیدها گیاه دارای خاصیت عرق‌آور است. گلوکوزیدها به طور غیرمستقیم روی غدد تعرق اثر می‌گذارند. طریقهٔ مصرف آن به صورت دم‌کرده به مقدار ۱/۵ گرم از گل‌های گیاه در هر فنجان آب است. از گل‌های این گیاه در ترکیبات بسیاری از جوشانده‌های مدر، اشتهاآور و ضد روماتیسمی استفاده می‌شود. همچنین جوشاندهٔ این گیاه را برای شستن دهان، غرغره، برای مداوای پوست، به عنوان ماده‌ای بهداشتی خصوصاً در نقاطی که گرد و خاک هوا زیاد باشد و برای حفاظت پوست از گزش حشرات مضر به کار می‌برند.

1. Tilleul a grandes feuilles

شبدر چمنی[1]

Trifolium pratense L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: گل‌ها : خرداد تا شهریور



(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی علفی، پایا، با تنه‌ای متراکم و بوته‌ای با برگ‌های پایه‌ای است. از تنهٔ آن ساقه‌ای راست و گوشه‌دار با برگ‌های سه‌تایی و متناوب می‌روید. روی برگچه‌های آن لکه‌های سفیدی به شکل نوک پیکان وجود دارد. گل‌های قرمز مایل به بنفشی در انتهای شاخه‌های آن می‌روید. میوهٔ این گیاه غلاف‌دار است و در هر غلاف یک تا دو دانه (شکل پایین) قرار دارد. این گیاه در اروپا و شمال آفریقا در میان علفزارها و مراتع خصوصاً روی زمین‌های آهکی می‌روید.

برای مصارف دارویی غنچه‌های آن را هنگامی که گیاه گل کرده در هوای خوب با دست جمع‌آوری می‌کنند، سپس در لایه‌های نازک در سایه و در کوران هوا برای خشک کردن پهن می‌کنند. در صورت استفاده از خشک‌کن درجه حرارت نباید از ۳۵ درجه سانتیگراد فراتر رود. گل‌ها محتوی تانن‌ها، گلوکوزیدها، اسیدهای آلی و مواد رنگی‌اند. طب مردمی این گیاه را برای مداوای برونشیت، گرفتگی صدا، سرفه و اسهال توصیه می‌کند. مقدار مصرف شش قاشق مرباخوری از گل‌های این گیاه است که به مدت ده دقیقه دم می‌کنند و پس از صاف کردن در طول روز می‌آشامند. از این گیاه در ترکیبات خلط‌آور و مقوی معده استفاده می‌کنند، زیرا عطر و طعم این ترکیبات را بهبود می‌بخشد. در مصارف خارجی از آن در حمام‌ها و کمپرس‌ها برای مداوای بیماری‌های پوستی استفاده می‌شود.

این گیاه عسل دهندهٔ خوبی است، ولی زنبورهای عسل چه برای بارور نمودن گل‌ها و چه برای جمع‌آوری شهد آن‌ها باید از نوعی آمادگی قبلی برخوردار باشند.

1. Trefle des prés

شبدر خزنده[1]

Trifolium repens L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: گل‌ها : ماه خرداد تا شهریور





(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی علفی، پایا، با ساقه‌ای ریشه‌دهنده و بالارونده (در قسمت فوقانی) است. این گیاه خزنده است و برگ‌های آن به طور سه‌تایی و دارای دمبرگ‌های بلندی هستند. روی برگ‌ها لکه‌های سفیدی وجود دارد. گل‌های سفید آن روی یک حقه با دمگل‌های بلند می‌رویند پس از گل دادن حقه گل‌ها به رنگ قهوه‌ای در می‌آید و به سمت زمین خم می‌شود. میوهٔ آن غلافدار است و دانه‌هایش به رنگ زرد هستند (شکل پایین). این گیاه به طور معمول در مرغزارها، مراتع، حاشیه جاده‌ها و در زمین‌های ورزش می‌روید. شبدر خزنده علوفه بسیار خوبی است.

برای مصارف دارویی غنچه‌های این گیاه را با کمی از دمگل آن در اوایل دورهٔ گلدهی با دست جمع‌آوری می‌کنند، سپس در لایه‌های نازک روی سبد پهن می‌کنند و در سایه و در کوران هوا قرار می‌دهند. درصورت استفاده از خشک‌کن درجه حرارت آن نباید از ۳۵ درجه سانتیگراد تجاوز کند. غنچه‌های آن بوی عسل می‌دهند و طعمشان کمی گس است. آن‌ها را در ظروف دربسته و در محلی خشک نگهداری می‌کنند. غنچه‌ها خصوصاً حاوی تانن‌ها، قند، لعاب و اسیدهای آلی‌اند. در طب خانوادگی از آن برای مداوای کاتاره‌های معده ـ روده‌ای و اسهال‌های شدید استفاده می‌کنند. از شبدر سفید نیز برای معالجه ناراحتی‌های مجاری تنفسی فوقانی (به صورت بخور نیز انجام می‌شود)، ورم غدد و دردهای روماتیسمی استفاده می‌گردد. مصرف آن به شکل دم‌کرده و مقدار آن شش قاشق مرباخوری است که حدود ده دقیقه دم می‌کنند و سپس می‌آشامند. برای این منظور از گل‌های تازهٔ آن نیز می‌توان استفاده کرد.

شبدر سفید پس از چیده شدن دوباره به سرعت می‌روید و به همین دلیل چندین بار می‌توان آن را برداشت کرد. این گیاه همچنین ماده غذایی خوبی برای زنبورها تولید می‌کند، به طوری که یک هکتار از آن تا ۱۰۰ کیلوگرم عسل تولید می‌کند.

1. Tréfle ranpart

شنبلیله[1]

Trigonella foenum-graecum L.

دوران گل‌دهی: فروردین و اردیبهشت

زمان برداشت: دانه‌ها: تیر و مرداد



(تیرهٔ بقولات)؛ گیاهی است علفی و یکساله که به عنوان گیاهی خوراکی و دارویی کشت می‌شود. موطن این گیاه مدیترانه بوده و در شمال اروپا نیز در صورتی که زمین به قدر کافی از مواد آهکی غنی باشد و کمی در حفاظ قرار گیرد می‌روید. فصل کشت آن بهار است. شنبلیله ساقه‌ای راست با برگ‌های سه‌تایی و گل‌های زرد متمایل به بنفش دارد. میوهٔ آن غلاف‌دار و محتوی دانه‌های زردرنگی است (شکل سمت چپ).

دانه‌های این گیاه ارزش دارویی دارند و سرشار از آلبومین‌ها و لعاب هستند، همچنین حاوی نوعی آلکالوئید سمی، تری‌گونلین[2]، کلین، به مقدار بسیار کمی از نوعی اسانس قهوه‌ای‌رنگ و بدبو هستند .از دانه‌ها گرانول و از آن دم‌کرده‌ای مقوی تهیه می‌شود که در دوران نقاهت مصرف می‌گردد. این دم‌کرده را همچنین به عنوان هضم‌کننده، ضد سرفه و محرک غدد شیری مادران به کار می‌برند. مقدار این دم‌کرده یا جوشانده نیم تا ۵ گرم از این گرد در یک چهارم لیتر آب است که دو تا سه بار در روز از آن می‌آشامند. عطر و طعم آن ناخوشایند است و به همین دلیل می‌توان اسانس نعناع یا پرتقال به آن اضافه کرد. این دم‌کرده میزان قند خون را پایین می‌آورد. در مصارف خارجی از دانه‌های خُرد شدهٔ آن برای تهیه ضمادهای گرم (بعضی مواقع آن را در شیر حل می‌کنند) علیه اکیموزها، آماس‌ها و اولسرها استفاده می‌شود.

در دامپزشکی برای ازدیاد شیر، دانه‌های شنبلیله را به دام‌ها می‌خورانند. سرشاخه‌های آن را نیز که همین اثرات را دارند، می‌توان به عنوان علوفه به مصرف حیوانات رساند.

1. Fenugrec , Trigonelle

2. Trigonelline

گل لادن[1]

Tropaeolum majus L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مهر

زمان برداشت: دانه‌ها: خرداد تا مهر

(تیرهٔ لادن)؛ گیاهی یکساله یا پایا با ساقه‌ای خوابیده و برگ‌های گرد و با دمبرگ‌های طویل است. از بغل برگ‌ها گل‌های بزرگ پرتقالی‌رنگی که در وسط آن‌ها شاخک زیبایی قرار دارد خارج می‌شوند. گل‌ها نیز دمگل‌های بلندی دارند و فاقد بو هستند. ولی زنبورهای عسل را به خود جلب می‌کنند. میوهٔ آن به صورت سه قسمتی و محتوی دانه‌هایی است با سطح چروکدار (شکل پایین سمت راست). موطن اولیه آن امریکای جنوبی بوده و در قرن هفدهم وارد اروپا شده و به عنوان گیاه زینتی در آن‌جا به فراوانی کاشته شده است. بعدها به خواص دارویی آن نیز پی بردند.



دانه‌های این گیاه را به تدریج که می‌رسند با دست جمع‌آوری می‌کنند یا در صورت سفت بودن سطح زمین با جارو کردن اطراف پایه‌های گیاه آن‌ها را جمع‌آوری می‌کنند. سپس دانه‌ها را تمیز نموده قبل از جدا کردن پوستشان در خشک‌کن و یا در آفتاب خشک می‌کنند. بافت‌های زنده (آندوسپرم) دانه‌ها دارای گلوکوتروپئولین[2] تا ۱/۵ درصد، نوعی روغن چرب تا ۲۰ درصد، آلبومین‌ها و دیگر مواد هستند. این دانه‌ها نوعی آنتی‌بیوتیک گیاهی‌اند و علیه میکروارگانیسم‌هایی از قبیل استافیلوکوک، پروتئوس، استرپتوکوک و سالمونل[3] مؤثرند. مواد موجود در دانه‌ها به مقدار زیادی از طریق ادرار و به مقدار کمی از طریق ریه‌ها دفع می‌شوند. همچنین دانه‌ها به سبب اثر ضدعفونی کننده‌ای که دارند در عفونت‌های حاد مجاری ادرار یا برونش‌ها، در بیش‌تر موارد به شکل قرص، مصرف می‌شوند. عصارهٔ تازهٔ این گیاه نیز که مقدار مصرف آن ۳۰ تا ۵۰ گرم در روز است همین اثرات را دارد.

برگ‌ها و گل‌های این گیاه را می‌توان در سالادهای بهاره (در صورت کمبود ویتامین) مصرف کرد.

1. Grande capucine
2. Glucotropéoline
3. Stapylocoque, proteus, streptoque, sal monelle.

پاخری[1]

Tussilago farfara L.

دوران گل‌دهی: اسفند و فروردین

زمان برداشت: گل‌ها: اسفند و فروردین و برگ‌ها: اردیبهشت تا تیر



(تیرهٔ مرکّبان)؛ گیاهی خودرو با ریزوم ریشه‌دار است. در اوایل بهار ساقه‌های فلس‌داری از آن می‌روید و در انتهای ساقه‌ها غنچه‌های گل زردرنگی می‌شکفند. پس از گل دادن برگ‌های پنجه‌ای که پشتشان کُرکدار است می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و دارای کاکل است. این گیاه به طور معمول در آسیا، اروپا و آفریقا (و احتمالاً در امریکا) در خرابه‌ها، اطراف نقاط مسکونی و غیره خصوصاً در نقاط مرطوب می‌روید. از قدیم‌الایّام از این گیاه برای تسکین سرفه که نام لاتین آن نیز نشان‌دهندهٔ همین امر است (توسیس یعنی سرفه) استفاده می‌شده است.

در اوایل بهار غنچه‌های این گیاه را همراه با مقدار خیلی کمی از دمگل آن جمع‌آوری می‌کنند. کمی بعد برگ‌های جوان و سالم آن را نیز می‌چینند. سپس آن‌ها را روی یک شبکه توری (طوری که دمبرگ‌ها رو به بالا قرار گیرد) پهن و خشک می‌کنند. هر دو اندام حاوی لعاب، نوعی اسانس روغنی و تانن هستند. گل‌ها نیز نوعی ماده رنگی دارند. مقدار زیاد لعاب موجود در این گیاه باعث شده که از آن به عنوان خلط‌آور در جوشانده‌هایی استفاده شود که برای مداوای بیماری‌های دستگاه تنفسی (سرفه، ورم مجاری فوقانی تنفسی، کاتاره‌های برونشیک و آسم) تهیه می‌شوند. همچنین در ترکیبات جوشانده‌های مدر، قابض و تقویت‌کننده مورد استفاده قرار می‌گیرد. جوشاندهٔ آن را در حمام‌ها و کمپرس‌ها برای زخم‌هایی که دیر التیام می‌یابند، اولسرها، ناراحتی‌ها و تحریکات پوستی به‌کار می‌برند. برگ‌های تازهٔ آن را که خوب شسته شده باشند در کمپرس‌ها برای مداوای آماس‌ها، دردهای مفصلی، غدد متورم و ورم‌های وریدی استفاده می‌کنند.

1. Tussilage

نارون[1]

Ulmus minor MILL.

دوران گل‌دهی: اسفند و فروردین

زمان برداشت: پوسته: اسفند و فروردین



(تیرهٔ نارون)؛ درخت یا درختچه‌ای است که پوست آن در وهلهٔ اول صاف است و پس از مدتی رگه‌رگه می‌شود (رگه‌های طولی). شاخه‌های آن پوشیده از برگ‌های متناوب بیضی و دارای دمبرگ است. پهنک برگ آن قرینه نیست و دندانه‌های زیادی دارد. دسته‌های گل آن قبل از روییدن برگ‌ها روی شاخه‌های کوتاه می‌شکفند. عمل گرده‌افشانی این گیاه به کمک باد انجام می‌شود. میوهٔ آن پس از خشک شدن به سرعت از غلاف خود بیرون نمی‌آید. این گیاه در حاشیه بیشه‌زارها و جنگل‌های مخلوط و جنگل‌های مرطوب در ارتفاعات پایین می‌روید. نارون را غالباً در باغ‌ها و پارک‌ها می‌کارند.

پوست این گیاه از نظر پزشکی دارای ارزش است. اول پوست شاخه‌های جوان را برش طولی داده سپس آن‌ها را با دست جدا می‌کنند (قطر شاخه حدود یک سانتیمتر). قبلاً قسمت‌های برآمده در سطح پوست را جدا می‌کنند. پوست جمع‌آوری شده به رنگ زرد روشن است و موقع خشک شدن به دور خود می‌پیچد. طعم آن قابض و حاوی تانن‌ها، مواد اصلی تلخ و لعاب است. به خاطر خاصیت قابض بودن آن در ناراحتی‌های هاضمه و ناراحتی‌های روده‌ای از آن استفاده می‌شود. برای این کار جوشانده‌ای به نسبت ۵ درصد تهیه می‌کنند که دو تا سه فنجان از آن را در روز می‌آشامند. گرد پوست آن را نیز به مقدار دو تا پنج گرم در روز می توان استفاده کرد. برای مصارف خارجی جوشانده‌ای از آن به نسبت ۲۰ درصد تهیه می‌گردد که آن را در همان مقدار آب رقیق می‌کنند و برای شستن زخم‌های باز و عفونی به کار می‌برند. از این جوشانده در صورت ایجاد ورم حفره دهانی و حنجره می توان به عنوان غرغره استفاده کرد. در حال حاضر این گیاه در طبیعت در حال نابودی است، زیرا دچار بیماری کریپتوگامیک[2] شده که عامل آن نوعی قارچ گرافیوم اولمی، است. این قارچ‌ها به وسیله کولئوپتراسکولیتیدها[3] جابجا می‌شوند.

1. Orme tortillard 2. Cryptogamique
3. Coléoptéres scolytides

گزنه دو پایه[1]

Urtica dioica L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها و برگ‌ها : اردیبهشت تا شهریور



(تیرهٔ گزنه)؛ گیاهی علفی، پایا، با ساقه‌ای منشعب است. ساقه‌های آن راست و دارای مقطعی چهارگوش هستند. برگ‌های آن به طور متقابل و دو به دو قرار گرفته‌اند. گل‌های این گیاه از کنار برگ‌ها به صورت خوشه‌ای می‌رویند. میوه‌های آن فندقه هستند. تمام گیاه پوشیده از کُرک‌های گزنده‌ای است که در صورت تماس می‌شکنند و محتویات خود را روی محل تماس می‌ریزند. این پُرزها محتوی اسید فورمیک، مواد پروتئینی ناشناخته، رزین، استیل کولین و هیستامین هستند. این مواد باعث تحریک و ایجاد کیسه‌های خارشی روی پوست می‌شوند. این گیاه در خار و خاشاک و باغ‌ها می‌روید و علف سرسختی است.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌ها یا فقط برگ‌های این گیاه را جمع‌آوری و با حداکثر ۶۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این قسمت‌ها حاوی تانن‌ها، اسیدهای آلی کلروفیل، ویتامین C، پروویتامین A و نمک‌های معدنی‌اند. این گیاه مصارف زیادی در طب و صنعت دارد. از آن برای مداوای مجاری ادرار، دستگاه تنفسی، کاتاره معده ـ روده‌ای و به عنوان کمک درمانی در مداوای دیابت استفاده می‌شود. همچنین مصرف آن مبادلات متابولیکی را تقویت نموده، فعالیت غدد آندوکرین و تولید گلبولهای قرمز را تحریک می‌کند. از آن دم‌کرده‌ای به مقدار یک قاشق مرباخوری برای هر فنجان آب تهیه می‌کنند و سه بار در روز می‌آشامند.

از سرشاخه‌ها در صنایع برای تهیه کلروفیل خالص که به عنوان ماده افزودنی در تولیدات بهداشتی و صابون‌ها به‌کار می‌رود استفاده می‌کنند. یک گزنه کوچک (برگ سمت راست شکل) نیز وجود دارد که آن را هم جمع‌آوری می‌کنند و دارای همین اثرات است.

1. Grande ortie

قره‌قات (سیاه گیله)[1]

Vaccinium myrtillus L.

دوران گل‌دهی: فروردین و اردیبهشت

زمان برداشت: برگ‌ها: خرداد تا مهر. میوه‌ها: تیر تا شهریور



(تیرهٔ مورد)؛ درختچه‌ای کوتاه با ساقه‌ای خزنده، گوشه‌دار و به رنگ سبز است. ساقه‌ها انشعابات زیادی دارند و پوشیده از برگ‌های متناوب و بیضی‌شکل (شکل پایین سمت راست) هستند که هر سال تجدید می‌شوند. شکل پایین سمت چپ برگ واکسینیوم ویتس ــ ایدا را نشان می‌دهد. گل‌های این گیاه به شکل کیسه‌ای به رنگ سبز یا صورتی‌اند که به طور منفرد از بغل برگ‌ها خارج می‌شوند. میوهٔ آن سته و آبی رنگ است. این گیاه به صورت دسته‌ای در جنگل‌های مرتفع، روی زمین‌های اسیدی، مرطوب و غنی از مواد آلی می‌روید.

برای مصارف دارویی برگ‌ها و میوه‌های آن را جمع‌آوری می‌کنند. برگ شاخه‌های عقیم را به نحوی که آسیبی نبینند می‌چینند (زیرا در این صورت در طول خشک شدن به رنگ قهوه‌ای درمی‌آیند) و در لایه‌های نازک در سایه یا در آفتاب و یا حتی در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این اندام‌ها حاوی تانن‌ها، اسیدهای آلی و گلوکوکنین‌ها هستند که قند خون را پایین می‌آورند. از آن‌ها به عنوان کمک درمان برای دیابت و همچنین مداوای کاتاره‌های معده ـ روده‌ای یا ورم‌های مثانه استفاده می‌کنند، همچنین در ترکیبات جوشانده‌های ضد اسکلروتیک به‌کار می‌برند. میوه‌های رسیدهٔ آن را با دست جمع‌آوری نموده به صورت تازه، خشک شده یا پخته در مرباها مصرف می‌کنند. برای خشک کردن باید آن‌ها را در حرارت ۴۵ درجه سانتیگراد به هم بزنند. میوه‌ها سرشار از قندها، اسیدهای آلی، تانن‌ها، ویتامین‌ها و مواد رنگی آلی هستند. خشک شدهٔ این گیاه را برای مداوای اسهال می‌جوند. شراب، کمپوت و عصارهٔ الکلی این گیاه همین اثرات را دارند. شربت، کمپوت و مارمالاد این گیاه در مداوای ورم‌های دهان و حنجره خیلی مؤثر است.

1. Myrtille

مورد صحرایی قرمز[1]

Vaccinium vitis- idaea L.

دوران گل‌دهی: خرداد و تیر

زمان برداشت: برگ‌ها : خرداد تا مرداد. میوه‌ها : تیر تا مهر





(تیرهٔ مورد)؛ درختچه‌ای کوتاه و منشعب با برگ‌های متناوب، بیضی و مقاوم است. رنگ پشت برگ‌ها روشن‌تر است و لکه‌های قهوه‌ای‌رنگی روی آن قرار دارد. گل‌های صورتی‌رنگ آن به صورت خوشه‌های آویزان در نوک شاخه‌ها می‌رویند. میوهٔ آن سته و قرمز است. این گیاه در اروپا، آسیا و امریکا در زیر درختان جنگلی و روی زمین‌های اسیدی می‌روید. این گیاه را از قدیم‌الایام خصوصاً به خاطر ارزش غذایی آن و همچنین به خاطر این که مادهٔ اولیه‌ای برای رنگ پارچه‌هاست جمع‌آوری می‌کرده‌اند.

برای مصارف دارویی برگ‌های آن را یکی یکی در آخر تابستان می‌چینند، سپس در سایه و در محلی که هوا کاملاً جریان داشته باشد، بدون آن‌که اجازه بدهند رنگ آن قهوه‌ای شود، خشک می‌کنند. برگ‌ها حاوی گلوکوزیدها (خصوصاً آربوتین[2])، تانن‌ها، اسیدهای آلی، قندها و ویتامین C و همچنین آنتی‌بیوتیک‌های گیاهی‌اند. این مواد ضدعفونی‌کننده و قابض هستند. جوشانده (تا ده‌گرم برگ در یک روز) این گیاه را برای درمان ورم‌های مجاری ادرار، کیسه صفرا، سنگ‌های کلیوی، روماتیسم و اسهال به‌کار می‌برند. برگ این گیاه در ترکیبات دم‌کرده‌های ضد دیابتی به‌کار می‌رود.

میوه‌های رسیدهٔ آن سرشار از ویتامین C (همچنین میوه‌های نوع اوکسی کوکوس کدری پتالوس[3] در شکل بالا)، گلوکوزیدها از قبیل آربوتین و واکسی نیلین، قندها و اسیدهای آلی‌اند. آن‌ها را به صورت کمپوت نیز مصرف می‌کنند. مصرف آن برای کسانی که مبتلا به سنگ کلیه هستند، به این دلیل که میوهٔ آن محتوی اسید اکسالیک است، منع شده است.

1. Airelle rouge 2. Arbutine

3. Oxycoccus quadripeta - lus

سنبل‌الطیب طبی[1]

Valeriana officinalis L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: ریشه: مرداد تا مهر



(تیرهٔ سنبل‌الطیب)؛ گیاهی علفی، پایا، با ریشه‌ای بزرگ و ساقه‌ای کوتاه است. ساقهٔ آن گوشه‌دار و برگ‌هایش متقابل با بریدگی‌های شانه‌ای است. در نوک شاخه‌ها خوشه‌ای از گل‌های کوچک سفید یا قرمز کم رنگ می‌رویند. میوهٔ آن فندقه و کاکل‌دار است. این گیاه در آسیا، اروپا و امریکا می‌روید و چنان‌که از نام لاتین آن برمی‌آید (والر یعنی سلامت بودن) گیاهی دارویی است که از قدیم شناخته شده بوده است.

این گیاه را در مزارع می‌کارند و در سال دوم ریشهٔ آن را از خاک بیرون می‌آورند و پس از تمیز کردن به سرعت می‌شویند (ریشه را نباید خرد کرد یا خراشید). بعضاً آن را می‌برند و در حداکثر ۳۵ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. پس از خشک کردن آن ریشه عطر نافذی متصاعد می‌کند که حتی از فاصلهٔ دور نیز گربه‌ها را به هیجان وامی‌دارد. ریشهٔ خشک شدهٔ آن حاوی نیم تا یک درصد اسانس روغنی (این اسانس سرشار از پینن و کامفن[2] است)، آلکالوئیدها، استراسیدهای آلی، اسید والریک و ایزووالریک[3]، تانن‌ها و عصاره‌های تلخ است. داروهایی که بر پایه این گیاه تهیه می‌شوند تحریکات عصبی را کاهش می‌دهند، ناراحتی‌های قلبی را که ریشهٔ عصبی دارند و همچنین تشنجات را تسکین می‌دهند. از آن‌ها در مداوای فشار عصبی، خستگی، کار فکری بیش از حد و بی‌خوابی مزمن استفاده می‌گردد. دم‌کرده یا خیساندهٔ سرد آن به مقدار نیم تا پنج گرم از ریشهٔ این گیاه تهیه می‌شود که در طول روز می‌آشامند. این ریشه علیه تهوع، گاز شکم و انگل‌های روده‌ای مؤثر است و اغلب عصاره الکلی آن را (قطره والدین) که آرام‌کننده اعصاب است به کار می‌برند.

1. Valériane officinale
2. Pinéne, camphéne
3. Valérique, isovalérique

کُنْدُش[1]

Veratrum album L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد

† زمان برداشت: ساقه: شهریور و مهر

(تیره سوسنیان)؛ گیاهی گرد، پایا، با ساقه‌ای کوتاه و ریشه‌ای قوی است. این گیاه دارای ساقه‌ای بزرگ با برگ‌های غلافی و متناوب است. برگ‌های آن در جهت برگه‌های روی برگ چین می‌خورد. در انتهای شاخه‌ها خوشه‌ای از گل‌های زرد متمایل به سبز می‌روید. میوهٔ آن به صورت کپسول است. تمام اندام‌های گیاه شدیداً سمی‌اند. این گیاه در مرغزارهای مرطوب و مناطق کم‌ارتفاع و میانه کوهستان‌های اروپای مرکزی و جنوبی می‌روید.

ساقهٔ این گیاه و قسمتی از ریشهٔ آن را جمع‌آوری می‌کنند. وقتی که آن را از خاک بیرون آوردند، کاملاً می‌شویند و قسمت‌های سبز را جدا می‌کنند و ریشه را برش طولی داده برای خشک کردن آماده می‌کنند. قطعات حاصل را در حرارتی کم‌تر از ۵۰ درجه سانتیگراد خشک می‌کنند. این گیاه حاوی آلکالوئیدهای سمی (از قبیل وراترین[2] و پروتووراترین A و B[3] که منبسط کننده عروق است و فشار خون را پایین می‌آورد)، مواد تلخ، رزین و اسیدهای آلی است. به خاطر سمی بودن این گیاه ریزوم آن به ندرت در طب مردمی تجویز می‌شود و در عوض در صنایع داروسازی مورد استفاده قرار می‌گیرد. موادی که از این گیاه تهیه می‌شود در بیماری‌های قلبی، علیه تشنجات، بحران‌های آسم و سیاه‌سرفه به‌کار می‌رود و همچنین تب‌بر و معرق است. از این گیاه در ترکیبات پمادهایی استفاده می‌شودکه برای ماساژ آرام‌کننده دردهای عصبی و ضد روماتیسم تهیه می‌گردند. ریزوم نوع دیگر آن به نام کندش نیگرم (شکل پایین سمت چپ) به همین طریق مورد استفاده قرار می‌گیرد.

در دامپزشکی از این گیاه به جای حشره‌کش و در مداوای جهاز هاضمه استفاده می‌کنند. هنگامی که با این گیاه کار می‌شود باید از ماسک محافظ استفاده کرد. زیرا پودر این گیاه به چشم‌ها آسیب می‌رساند و باعث عطسه‌های غیرقابل اجتنابی می‌شود. این گیاه پوست را به طور موضعی بی‌حس می‌کند و مقدار مرگ‌آور آن یک تا دو گرم است.



1. Vératre, ellébore blanc
2. Veratrine
3. Proveratrine A. B

گل ماهور[1]

Verbascum densiflorum BERTOL, (syn.: *Verbascum thapsiforme* SCHRAD. non RAFIN.)

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: گل‌ها : خرداد تا شهریور



(تیرهٔ میمون)؛ گیاهی بلند و دوساله است که در سال اول بوته‌ای گسترده بر زمین و در سال دوم ساقه‌ای از آن می‌روید که تا دو متر ارتفاع دارد. در انتهای ساقه خوشهٔ زیبایی از گل‌های زرد می‌روید. برگ‌های آن بلند پُرزدار، فاقد دمبرگ و متناوب هستند. قسمت پهنک برگ آن به ساقه متصل است و تا محل روییدن برگ پایینی ادامه دارد. میوهٔ آن به صورت کپسول و محتوی دانه‌های ریزی است. این گیاه در تمام اروپا روی تپه‌های آفتابگیر، روی صخره‌ها و نقاط بیابانی می‌روید. گل ماهور یکی از قدیمی‌ترین گیاهان دارویی دنیا بوده و از جوشانده آن به عنوان خلط‌آور استفاده می‌شده است. در حال حاضر این گیاه را در باغ‌ها و مزارع کشت می‌کنند.

گل‌های این گیاه را در هوای آفتابی هر روز تدریجاً که گیاه گل می‌کند می‌چینند. فقط کاسه گل و سیخک آن را بدون حقه گل جمع‌آوری می‌کنند. گلبرگ‌ها نباید پلاسیده شوند و باید به سرعت آن‌ها را در خشک‌کن با حداکثر ۶۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک کرد. در این حال آن‌ها به رنگ زرد روشن می‌مانند و بوی آن‌ها عسلی و طعمشان لزج است. این قسمت‌ها حاوی ساپونین‌ها، لعاب و تانن‌هاست و اثر خلط‌آور دارد و همچنین مدر ضعیفی است. در ترکیبات جوشانده‌های خلط‌آور از گل ماهور استفاده می‌کنند. این گل‌ها همچنین آرامبخش هستند.

از آن‌ها دم‌کرده، جوشانده یا خیسانده به طور سرد به مقدار ۱/۵ گرم در روز تهیه می‌کنند. خیساندهٔ آن در تهیه مرهم‌های نرم‌کننده به کار می‌رود.

در مصارف خارجی از گل‌های آن در تهیه ضمادها و حمام‌ها برای مداوای اولسرها و بواسیر استفاده می‌شود.

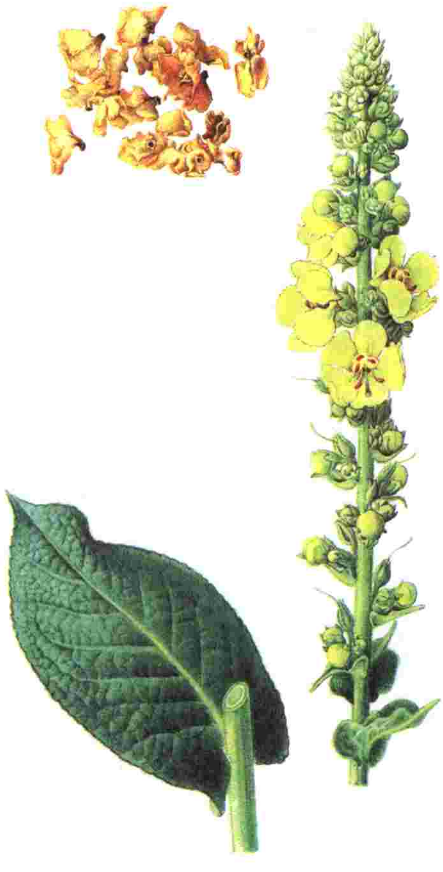
1. Moléne, Bouillon - Blanc

گل ماهور شبه فلومیس[1]

Verbascum phlomoides L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا شهریور

زمان برداشت: گل‌ها و برگ‌ها : خرداد تا شهریور. ریشه تیر و مرداد



(تیرهٔ میمون)؛ گیاهی علفی، دو ساله، با شاخه‌ای راست و برگ‌های بلند و متناوب است. برگ‌ها فاقد دمبرگ هستند یا این که دمبرگ‌های بسیار کوتاهی دارند. برگ‌های زمینی آن در زمستان از بین می‌روند. گل‌های بزرگ و زرد آن به صورت خوشه‌ای در نوک شاخه می‌رویند. میوهٔ آن به صورت کپسول و محتوی دانه‌های ریز سمی است. این نوع که به وفور و به صورت خودرو یافت می‌شود یکی از انواع گل ماهور دارویی شناخته شده است. بیولوژی، حالت و خواص آن بسیار شبیه نوع قبلی است و هر دو نوع داروهای مشابهی از نقطه نظر طبی تولید می‌کنند.

در این جا نیز گل‌ها، بعضی مواقع برگ‌ها و حتی ریشهٔ این گیاه را جمع‌آوری می‌کنند. گل‌های آن را به همان طریقی که برای گل ماهور توضیح داده شد، برداشت نموده، عمل آورده مصرف می‌کنند. برگها را هنگامی که گیاه کاملاً گل داده، جمع‌آوری و در سایه و در کوران هوا خشک می‌کنند. از این برگ‌ها نیز در دم‌کرده‌های دارویی استفاده می‌کنند. برگ‌های تازهٔ آن را خرد نموده روی زخم‌هایی که به سختی التیام می‌یابند به صورت کمپرس قرار می‌دهند. از ریشهٔ ساییده شدهٔ آن برای مداوای بواسیر و از عصارهٔ سرکه‌ای آن برای کاهش درد دندان استفاده می‌شود.

گل‌های این گیاه را برای معطر کردن لیکورها به کار می‌برند. این گیاه عسل دهندهٔ بسیار خوبی است.

1. Moléne faux-phlomis

شاه‌پسند طبی[1]

Verbena officinalis L.

دوران گل‌دهی: تیر تا شهریور

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: تیر و مرداد



(تیرهٔ شاه‌پسند)؛ گیاهی علفی، پایا، با ساقه‌ای گوشه‌دار و منشعب در قسمت فوقانی و برگ‌های متقابل و دندانه‌دار است. میوهٔ این گیاه فندقه تتراکن است. این گیاه در آسیا، اروپا و آفریقا در خرابه‌ها، گودال‌ها، اماکن رها شده و جاهایی که در کوران باد نباشد می‌روید. از قدیم آن را به عنوان گیاهی دارویی می‌شناخته‌اند. سربازان رومی شاخه‌های این گیاه را در توبره‌های خود همیشه به همراه داشتند و از آن برای مداوای زخم‌ها و تحریک جنسی استفاده می‌شده است. از نقطه نظر دارویی این گیاه علیه تب و سفاله‌ها مؤثر است.

سرشاخه‌های این گیاه را در اوایل دورهٔ گلدهی و قبل از شروع تشکیل میوه‌ها برای مصارف دارویی جمع‌آوری می‌کنند، سپس در سایه و در محلی که هوا جریان داشته باشد یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. این گیاه حاوی گلوکوزیدها (وربنالین و وربنین)[2]، تانن‌ها، اسانس روغنی، مواد لزج، ساپونین و نمک‌های معدنی است. برای مصارف داخلی از آن به شکل دم‌کرده یا خیسانده برای تحریک اشتها و ترشح عصاره‌های معده و همچنین به عنوان قابض استفاده می‌شود. خیساندهٔ آن به مقدار سه قاشق مرباخوری از قسمت‌های خشک این گیاه در دو فنجان آب تهیه می‌گردد و مقدار مصرف آن برای دم‌کرده دو تا پنج گرم در هر فنجان آب است. این گیاه محرک بسیار خوبی برای مبادلات متابولیکی داخلی است و همچنین علیه خستگی‌های عصبی، بی‌خوابی و میگرن مؤثر است. این گیاه همچنین مدر بسیار خوبی است و در صورت وجود ناراحتی‌های کلیوی یا کبدی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این گیاه همچنین خلط‌آور است. در مصارف خارجی از آن در تهیه غرغره‌ها و برای مداوای تحریکات پوستی استفاده می‌شود.

1. Verveine officinale
2. Ver bénaline , Verbénine

سیزاب طبی[1]

Veronica officinalis L.

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: خرداد تا مرداد



(تیرهٔ میمون)؛ گیاهی پایا، با ساقه‌ای خزنده و منشعب است. برگ‌های آن متقابل و بیضی و حاشیه آن دندانه‌دار است. از بغل برگ‌ها خوشه‌های گل‌های سفید یا بنفش به طور راست خارج می‌شوند. میوهٔ آن به صورت کپسول و تمام گیاه پرزدار است. این گیاه در اروپا و امریکا در علفزارهای خشک شده، مراتع و جنگل‌ها می‌روید.

برای مصارف دارویی هنگامی که گیاه گل داده سرشاخه‌های آن را با دست می‌چینند و به سرعت در محلی که هوا جریان داشته و سایه باشد، خشک می‌کنند. گل‌ها باید روی ساقه باقی بمانند و برگ‌ها نیز نباید قهوه‌ای شوند. این گیاه حاوی عصاره‌های تلخ، اسانس روغنی، اسیدهای آلی و ویتامین C است. در طب مردمی از این گیاه برای تحریک اشتها، علیه ناراحتی‌های هاضمه و علیه سرفه به صورت دم‌کرده به مقدار یک قاشق مرباخوری در یک فنجان آب جوش استفاده می‌کنند. این دم‌کرده را به مدت شش دقیقه دم می‌کنند و هر روز دو بار آن را تهیه کرده می‌آشامند. عصاره برگ‌های تازه آن (دو قاشق مرباخوری از این عصاره را در چای یا در شیر ریخته به طور ناشتا صرف می‌کنند) را برای تحریک مبادلات متابولیکی بدن و علیه ناراحتی‌های کلیوی و ناراحتی‌های روماتیسمی به کار می‌برند. از جوشاندهٔ آن در غرغره‌ها، ضمادهای گرم و در حمام‌های پوستی و ضد روماتیسمی استفاده می‌شود. امروزه این گیاه را کم‌تر مصرف می‌کنند، زیرا کلیه خواص دارویی آن تأیید نشده است.

1. Veronique officinale

پیچ تلگرافی[1]

Vinca minor L.

دوران گل‌دهی: فروردین و اردیبهشت

✝ زمان برداشت: سرشاخه‌ها: فروردین تا خرداد



(تیرهٔ خرزهره)؛ گیاهی است پایا، نیمه‌خشبی، با ساقه‌ای خزنده و ریشه‌دار که جوانه‌های بالارونده‌ای از آن می‌رویند. برگ‌های ساقه‌ای آن چرمی، متقابل، بیضی و پایاست. در انتهای ساقه گل‌های آبی‌رنگی (و به ندرت سفید) از بغل برگ‌ها خارج می‌شوند. میوهٔ آن به شکل کیسه‌ای محتوی دانه‌های ریزی است. تمام اندام‌های این گیاه سمی است. موطن اصلی آن مناطق مدیترانه‌ای است.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های آن را که کاملاً رشد کرده باشند با دست می‌چینند و در لایه‌های نازک در سایه یا در فضای آزاد یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۵ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. سرشاخه‌های آن حاوی مقدار زیادی از آلکالوئیدها، تانن‌ها، ساپونین، پکتین‌ها و مواد رنگی‌اند. این گیاه همچنین دارای مواد ضدتوموری (سیتواستاتیک) و مواد دیگری است که فشار خون را نیز درمان می‌کنند. این مواد در نوع دیگر این گیاه به نام وینکا امریکنا نیز وجود دارد. این گیاه را علیه خونریزی بینی و در ناراحتی‌های زنانه به‌کار می‌برند. این گیاه همچنین در درمان اسهال و سرفه‌های شدید مؤثر است و قند و همچنین گلبول سفید خون را کاهش می‌دهد. از آن در غرغره‌های مؤثری علیه ورم مخاط دهان استفاده می‌شود. در تمام موارد در وهلهٔ اول باید با پزشک مشورت کرد.

دیگر گیاهان این خانواده که در طب مردمی مورد مصرف دارند، عبارتند از پیچ تلگرافی علفی و تلگرافی بزرگ (که گل آن در بالای شکل در سمت راست قرار دارد.)

1. Petite pervenche

اسقلبیوس[1]

Vincetoxicum hirundinaria MEDIC. (syn.: *Vincetoxicum officinale* MOENCH, *cynanchumvincetoxicum* L.)

دوران گل‌دهی: خرداد تا مرداد

✝ زمان برداشت: ریزوم و ریشه: مهر



(تیرهٔ آسکلپیادیاسه)؛ گیاهی علفی، پایا، با ساقهٔ بلند راست است. برگ‌های آن دارای دمبرگ‌های کوچک و متقابل است. پهنک برگ آن بیضی ـ قلبی‌شکل، صاف و به رنگ سبز تیره است. از بغل برگ‌ها خوشه‌هایی که از چند گل سفید تشکیل شده‌اند خارج می‌شوند. میوهٔ آن به شکل کپسولی دراز (شکل پایین سمت راست) و محتوی دانه‌های پردار است. موطن این گیاه مناطق شرقی حوزه مدیترانه بوده و از آن‌جا به شرق و غرب گسترش یافته است. این گیاه در مناطق نسبتاً گرم روی زمین‌های آهکی خشک می‌روید. تمام گیاه از شیره سفید کاملاً سمی اشباع است. نام لاتین آن وینستوکسیکم (به معنای تهوع) است، زیرا این گیاه قی‌آور است.

ریزوم این گیاه را همراه با قسمتی از ریشهٔ آن برای مصارف دارویی جمع‌آوری می‌کنند. آن‌ها را در پاییز از خاک بیرون آورده کاملاً تمیز نموده، به سرعت خشک می‌کنند. این کار را ترجیحاً در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت انجام می‌دهند. این گیاه طعم تلخی دارد و حاوی گلوکوزیدها خصوصاً وینس توکسین، نوعی اسانس روغنی، ساپونین، لعاب و قندهاست.

از خاصیت معرق و مدر بودن آن در درمان ناراحتی‌های کلیوی و زنانه استفاده می‌شود. این گیاه را به شکل دم‌کرده‌ای مقوّی و ملیّن به کار می‌برند. مقدار مصرف و چگونگی درمان با این گیاه را باید پزشک مشخص کند، چرا که مصرف زیاد آن تهوع‌آور است. از جوشاندهٔ آن در کمپرس‌ها علیه آماس‌ها و کوفتگی‌ها استفاده می‌کنند.

1. Dompte - Venin

بنفشه معطر [1]

Viola odorata L.

دوران گل‌دهی: اسفند تا اردیبهشت

زمان برداشت: سرشاخه‌ها، گل‌ها و برگ‌ها : اسفند و فروردین. ریزوم : شهریور و مهر



(تیرهٔ بنفشه)؛ گیاهی علفی، پایا، با جوانه‌های ریشه‌دار و بلند است. برگ‌های آن دارای دمبرگی بلند و پهنک برگی به شکل قلب هستند. گل‌های آن معطر و به رنگ بنفش است. آن‌ها نیز دمبرگ‌های بلندی دارند. میوهٔ آن به صورت کپسول است. این گیاه از قدیمی‌ترین گیاهان دارویی است که از آن برای مداوای ورم‌ها، صرع و سفاله‌ها استفاده می‌کرده‌اند.

در اکثر موارد، همه قسمت‌های سبز یا اندام‌های مختلف آن یعنی گل‌ها، برگ‌ها و ریزوم را جداگانه جمع‌آوری می‌کنند. تمام این قسمت‌ها را در لایه‌های نازک در محلی سایه که هوا جریان داشته باشد، خشک می‌کنند. این گیاه حاوی اسانس‌های فلاونوئید است که عنصر اصلی ترکیب‌کنندهٔ آن‌ها نوعی ستن به نام ایرون می‌باشد، همچنین ساپونین و اسیدهای آلی دارد. گل‌های آن حاوی نوعی ماده رنگی آلی به نام ویولا روبین هستند. این گیاه را برای مداوای ناراحتی‌های تنفسی، کاتاره برونشیک، سیاه‌سرفه و زکام به کار می‌برند. خیسانده سردی از آن به مقدار یک قاشق مرباخوری در یک فنجان آب تهیه می‌کنند یا این‌که شربتی از گل‌های آن درست می‌کنند که خلط‌آور است و اغلب به کودکان داده می‌شود. بنفشه را در جوشانده‌های مدر و ضد روماتیسمی به کار می‌برند. در مصارف خارجی از آن در کمپرس‌های ضد التهاب و برای پاک کردن زخم‌های عفونی، جراحت‌ها و ناراحتی‌های پوستی استفاده می‌کنند.

از گل‌های تازهٔ آن اسانس روغنی معطری استخراج می‌شود که در تمام دنیا مصرف می‌شود. انواع دیگر این خانواده که بی‌بو هستند و گل‌های بزرگی دارند، مصرف نمی‌شوند.

1. Violette odorante

بنفشه سه رنگ[1]

Viola tricolor L.

دوران گل‌دهی: اردیبهشت تا مرداد

زمان برداشت: سرشاخه‌ها: اردیبهشت تا مرداد



(تیرهٔ بنفشه)؛ گیاهی علفی، یکساله یا دو ساله با گل‌های زرد کم‌رنگ و بنفش است. این گیاه در حاشیه مزارع، خرابه‌ها و باغ‌ها به حد وفور می‌روید. ساقهٔ آن گوشه‌دار و کمی خزنده است. برگ‌های آن متناوب است و برگچه‌های کوچکی در محل گره‌ها می‌رویند. میوهٔ آن به شکل کپسول است.

برای مصارف دارویی سرشاخه‌های این گیاه را در هوای خوب با دست می‌چینند و روی سبد در سایه و در کوران هوا یا در خشک‌کن با حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند، سپس دور از نور در پاکت‌های دربسته نگهداری می‌کنند. شاخه‌ها حاوی نوعی اسانس روغنی ویولاکرسیترین[2] ـ فلاون، یک متیل ـ استراسیدسالیسیلیک و ساپونین‌ها هستند. آن‌ها نرم‌کننده و خلط‌آورند و در ناراحتی مجاری تنفسی به‌کار می‌روند. آن‌ها همچنین معرق و مدر نیز هستند. دم‌کرده‌ای از آن‌ها به مقدار دو قاشق مرباخوری در هر فنجان آب تهیه می‌کنند که چند لحظه‌ای آن را می‌جوشانند. به دلیل تهوع‌آور بودن این گیاه مصرف زیاد آن منع شده است. جوشاندهٔ آن دردهای روماتیسمی را تسکین می‌دهد و برای مداوای ناراحتی‌های پوست، درمیت‌ها و اگزما نیز به‌کار می‌رود. از این گیاه برای تمیز کردن پوست و جلوگیری از ریزش مو استفاده می‌کنند. در غرغره و کمپرس‌ها روی زخم‌ها نیز از این گیاه استفاده می‌شود. بنفشهٔ سه رنگ انواع مختلفی با رنگ‌های گوناگون دارد.

1. Pensée sauvage 2. Violaquercitrine

دارواش[1]

Viscum album L.

دوران گل‌دهی: اسفند و فروردین

† زمان برداشت: شاخه‌های برگدار (موقع مناسب آن): آذر تا بهمن



(تیرهٔ دارواش)؛ درختچه‌ای نیمه‌انگلی، با شاخه‌ها و برگ‌های همیشه سبز است. این گیاه روی شاخه‌های پربرگ یا صمغ‌دار می‌روید. برگ‌های بلند و چرمی آن دمبرگ ندارند و به صورت متقابل در قسمت‌های انتهایی شاخه‌ها می‌رویند. گل‌های آن تک‌جنسی است به طوری که گل‌های ماده (شکل پایین سمت چپ) و نر آن (شکل پایین سمت راست) از بغل برگ‌ها خارج می‌شوند. میوه‌های آن سته و منوسپرم آن سفید است. این گیاه قسمت وسیعی از منطقه آسیا و اروپا را پوشانده و از قدیم‌الایام به عنوان گیاهی دارویی و مقدس شناخته شده است. از نقطه نظر دارویی از آن به عنوان پادزهر و برای بالابردن قدرت باروری استفاده می‌کرده‌اند.

شاخه‌های جوان برگدار آن را معمولاً در زمستان، هنگام قطع درختان، جمع‌آوری می‌کنند. کار جمع‌آوری را می‌توان در تمام طول سال انجام داد. آن‌ها را به طور دسته‌ای در کوران هوا آویزان می‌کنند یا در خشک‌کن با حداکثر ۴۰ درجه سانتیگراد حرارت خشک می‌کنند. رنگ آن‌ها سبز روشن است و طعم تلخی دارند و حاوی ویسکوتوکسین، کولین[2]، استیل کولین و ترکیبات آلی دیگری هستند. از این مواد درطب برای پایین آوردن فشار خون و تقویت قلب استفاده می‌شود. همچنین باعث انبساط عروق می‌شوند و ضد آرترواسکلروز هستند. مقدار مصرف و مدت درمان را باید پزشک تعیین کند. مواد موجود در این گیاه اثر سیتواستاتیک[3] (ضد توموری) دارند و به همین دلیل چند سالی است که تحقیقات وسیعی در باره آن آغاز شده است.

1. Gui blanc
2. Viscotoxine, choline
3. Cytostatique

ذرت[1]

Zea mays L.

دوران گل‌دهی: تیر و مرداد

زمان برداشت: کلاله‌ها: تیر و مرداد

(تیرهٔ غلات)؛ گیاهی علفی، یکساله و بزرگ است. برگ‌های آن متناوب است و تعداد زیادی رگبرگ دارد. گل‌های آن تک‌جنسی‌اند. گل‌های نر آن به شکل خوشه‌ای در انتهای شاخه‌ها می‌رویند و گل‌های ماده آن به صورت خوشه‌ای پوشیده‌اند که فقط کلالهٔ آن‌ها می‌تواند از غلاف پوششی عبور کند. میوهٔ آن به شکل کریوپس[2] است. موطن اولیه این گیاه امریکاست، ولی امروزه در تمام دنیا کشت می‌شود و منافع اقتصادی بسیاری دارد.

برای مصارف دارویی کلاله و دمگل‌های گل ماده را هنگامی که کلالهٔ آن از نوک خوشه شروع به آشکار شدن می‌کند با دست جمع‌آوری می‌کنند و در محلی سایه و در کوران هوا خشک می‌کنند. این قسمت‌ها حاوی ساپونین، اسانس روغنی، تانن‌ها، قندها، نوعی ماده لیپیدی و نمک‌های آلی‌اند. این مواد مقوی قلب و پایین‌آورندهٔ فشار خون هستند. از آن‌ها به عنوان ماده‌ای مدر و مسهل صفرا استفاده می‌کنند. و اغلب در رژیم‌های لاغرکننده به کار برده می‌شوند. جوشانده‌ای از آن به مقدار ۵ گرم در هر فنجان آب تهیه می‌شود که یک روز در میان یک فنجان از آن می‌آشامند.

از جوانه ذرت روغنی استخراج می‌کنند که به عنوان ماده اولیه در تهیه ویتامین E مورد مصرف قرار می‌گیرد. همچنین از آن موادی علیه پارادونتز[3] تهیه می‌شود. آرد ذرت روغن گرفته ماده غذایی قابل هضم خوبی است و در دوران نقاهت و همچنین برای افرادی که به گلوتن[4] گندم حساسیت دارند، تجویز می‌شود. کرم آفت اغلب به گیاه ذرت حمله می‌کند که غلاف خوشه‌ها را پر از هاگ‌های سیاه می‌کند. این مواد سیاه حاوی آلکالوئیدها هستند و اثرات آن‌ها شبیه به زنگ غلات[5] است.



1. Maïs cultivé
2. Caryopse
3. Parodontose
4. Gluten
5. Carie du maïs.

جدول برداشت گیاهان دارویی[1]

توضیح علائم

- ریشه، ریزوم، پیاز و غده
- میوه
- دانه
- سرشاخه
- گل، گل آذین
- برگ
- پوست (تنه، ساقه، ریشه)

Mois	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	IX.	X.	XI.	XII.
Achillea millefolium					سرشاخه، گل	سرشاخه، گل	سرشاخه، گل	سرشاخه، گل				
Achillea ptarmica									ریشه	ریشه		
Acorus calamus			ریشه								ریشه	
Aesculus hippocastanum									دانه	دانه		
Agrimonia eupatoria					سرشاخه، برگ	سرشاخه، برگ	سرشاخه، برگ	سرشاخه				
Agropyron repens			ریشه	ریشه					ریشه	ریشه		
Alcea rosea							گل	گل				
Alchemilla xanthochlora					سرشاخه	سرشاخه	سرشاخه					
Allium capa							ریشه	ریشه	ریشه			
Allium sativum								ریشه				
Alnus glutinosa			پوست	برگ، پوست	برگ، پوست							
Althaea officinalis			ریشه	ریشه			برگ، گل	برگ، گل		ریشه	ریشه	
Anchusa officinalis					سرشاخه، گل	سرشاخه، گل	گل	گل	گل	ریشه		
Anethum graveolens						سرشاخه	سرشاخه	میوه	میوه			
Angelica archangelica									ریشه، میوه	ریشه		
Antennaria dioica					گل							
Anthyllis vulneraria					گل	گل						
Arctium lappa			ریشه	ریشه					ریشه	ریشه		
Arctium tomentosum			ریشه	ریشه					ریشه	ریشه		
Arctostaphylos uva-ursi				برگ	برگ	برگ						
Armoracia rusticana			ریشه	ریشه	ریشه				ریشه	ریشه	ریشه	
Arnica montana						سرشاخه، گل، برگ	سرشاخه، گل، برگ					
Artemisia abrotanum							سرشاخه	سرشاخه				
Artemisia absinthium							سرشاخه	سرشاخه	سرشاخه			
Artemisia dracunculus							سرشاخه	سرشاخه				
Artemisia vulgaris							سرشاخه	سرشاخه	سرشاخه			
Avena sativa								میوه	میوه			

۱. اسامی گیاهان به ترتیب الفبای لاتین تنظیم شده است.

Mois	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	IX.	X.	XI.	XII.
Ballota nigra						[herbe]	[herbe]	[herbe]				
Bellis perennis				[fleur]	[fleur]	[fleur]	[fleur]	[fleur]	[fleur]			
Betula pendula					[feuille]	[feuille]						
Borago officinalis					[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Brassica nigra							[graines]					
Calendula officinalis							[fleur]	[fleur]	[fleur]			
Calluna vulgaris								[herbe] [fleur]	[herbe] [fleur]			
Calystegia sepium						[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Capsella bursa-pastoris					[herbe]	[herbe]	[herbe]					
Capsicum annuum							[fruit]	[fruit]	[fruit]			
Carlina acaulis									[racine]	[racine]	[racine]	
Carum carvi							[fruit]	[fruit]				
Centaurea cyanus						[fleur]	[fleur]	[fleur]				
Centaurium erythraea						[herbe]	[herbe]	[herbe]				
Cetraria islandica				*thalle*	*thalle*	*thalle*	*thalle*	*thalle*	*thalle*			
Chamaemelum nobile							[fleur]	[fleur]				
Chamomilla recutita					[fleur]	[fleur]						
Chamomilla suaveolens				[fleur]	[fleur]	[fleur]	[fleur]					
Chenopodium ambrosioides						[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Chrysanthemum cinerariifolium					[fleur]	[fleur]	[fleur]					
Chrysanthemum parthenium						[herbe] [fleur]	[herbe] [fleur]	[herbe] [fleur]				
Cichorium intybus									[racine]	[racine]		
Cnicus benedictus						[herbe]	[herbe]	[herbe]				
Conyza canadensis						[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Coriandrum sativum							[fruit]	[fruit]				
Corylus avellana			[écorce]		[feuille]	[feuille]	[feuille]	[feuille]	[fruit]	[fruit]		
Crataegus laevigata					[herbe] [fleur] [feuille]	[herbe] [fleur] [feuille]			[fruit]	[fruit]	[fruit]	
Crataegus monogyna					[herbe] [fleur] [feuille]	[herbe] [fleur] [feuille]			[fruit]	[fruit]	[fruit]	
Crocus sativus									[fleur]	[fleur]	[fleur]	
Cucurbita pepo								[graines]	[graines]	[graines]		
Cydonia oblonga										[fruit] [graines]		
Cynara carduculus								[feuille]				
Daucus carota						[racine]	[racine]	[racine]	[racine] [fruit]	[racine] [fruit]		
Dictamnus albus						[racine]	[racine]	[racine]				
Drosera rotundifolia						[herbe]	[herbe]	[herbe]				

Mois	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	IX.	X.	XI.	XII.
Epilobium angustifolium						[feuille]	[feuille]	[feuille]				
Equisetum arvense					[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Euphrasia officinalis							[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Fagopyrum tataricum					[herbe]							
Filipendula ulmaria				[racine]	[feuille]	[fleur] [feuille]	[fleur]	[fleur]		[racine]	[racine]	
Foeniculum vulgare								[fruit]	[fruit]			
Fragaria vesca					[feuille]	[feuille]	[feuille] [fruit]	[feuille]				
Fraxinus excelsior			[écorce]			[feuille]	[feuille]	[feuille]				
Galega officinalis						[herbe]	[herbe]	[herbe]				
Galeopsis segetum							[herbe]	[herbe]				
Galium odoratum					[herbe]	[herbe]						
Galium verum						[herbe]	[herbe]	[herbe]				
Genista tinctoria						[herbe]	[herbe]	[herbe]				
Gentiana lutea			[racine]							[racine]	[racine]	
Geranium robertianum					[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Geum urbanum			[racine]							[racine]	[racine]	
Glechoma hederacea					[herbe]	[herbe]	[herbe]					
Glycine max								[graines]	[graines]			
Glycyrrhiza glabra									[racine]	[racine]		
Helianthus annuus						[fleur]	[fleur]	[fleur] [graines]	[graines]	[graines]		
Hepatica nobilis				[feuille]	[feuille]	[feuille]						
Herniaria glabra						[herbe]	[herbe]	[herbe]				
Hippophaë rhamnoides									[fruit]	[fruit]		
Humulus lupulus								[fleur]	[fleur]			
Hypericum perforatum							[herbe]	[herbe]				
Hyssopus officinalis						[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Inula helenium									[racine]	[racine]	[racine]	
Iris germanica			[racine]							[racine]		
Juglans regia						[feuille]	[feuille]	*péricarpe*				
Juniperus communis		[racine]	[racine]						[fruit]	[fruit]	[fruit]	
Lamium album					[fleur]	[fleur]	[fleur]	[fleur]	[fleur]			
Lavandula angustifolia							[herbe] [fleur]	[herbe] [fleur]				
Leonorus cardiaca						[herbe]	[herbe]	[herbe]	[herbe]			
Levisticum officinale							[herbe]	[herbe]		[racine]		
Linaria vulgaris						[herbe]	[herbe]	[herbe]				

Mois	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	IX.	X.	XI.	XII.
Linum usitatissimum								[seeds]	[seeds]			
Lithospermum officinale							[fruit]	[fruit]				
Lycopodium clavatum							*spores*	*spores*				
Lycopus europaeus							[herb]	[herb]	[herb]			
Lysimachia nummularia					[herb]	[herb]						
Malva sylvestris					[flower]	[leaf] [flower]	[leaf] [flower]	[leaf] [flower]	[flower]			
Malva sylvestris ssp. *mauritanica*						[leaf] [flower]	[leaf] [flower]	[leaf] [flower]	[leaf]			
Marrubium vulgare						[herb]	[herb]	[herb]				
Melilotus officinalis						[herb] [flower]	[herb] [flower]	[herb] [flower]				
Melissa officinalis						[leaf]	[leaf]	[leaf]				
Mentha aquatica var. *crispa*							[herb] [leaf]	[herb] [leaf]	[herb] [leaf]			
Mentha × piperita						[herb]	[herb] [leaf]	[herb] [leaf]	[herb] [leaf]			
Menyanthes trifoliata					[leaf]	[leaf]	[leaf]					
Nasturtium officinale					[herb]	[herb]						
Nepeta cataria						[herb]	[herb]	[herb]				
Nigella sativa							[seeds]	[seeds]	[seeds]			
Nuphar lutea			[root]							[root]		
Nymphaea alba			[root]							[root]		
Ocimum basilicum						[herb]	[herb]	[herb]	[herb]			
Ononis spinosa			[root]	[root]					[root]	[root]		
Orchis morio					[root]	[root]						
Origanum majorana						[herb]	[herb]	[herb]	[herb]			
Origanum vulgare							[herb]	[herb]				
Oxalis acetosella				[herb]					[herb]	[herb]		
Papaver rhoeas					[flower]	[flower]	[flower]	[flower]				
Petasites hybridus		[root]	[root]	[leaf]	[leaf]							
Petroselinum crispum			[root]			[herb]	[herb]	[herb] [fruit]	[herb] [fruit]	[herb] [root]	[herb] [root]	
Peucedanum ostruthium			[root]	[root]					[root]	[root]	[root]	
Physalis alkekengi									[fruit]	[fruit]	[fruit]	
Pimpinella saxifraga			[root]	[root]						[root]	[root]	
Pinguicula vulgaris					[herb]	[herb]						
Pinus sylvestris			[root]	[root]								
Plantago lanceolata						[leaf]	[leaf]	[leaf]	[leaf]			
Polygala amara					[herb]	[herb]	[herb]					
Polygonum aviculare						[herb]	[herb]	[herb]	[herb]			

Mois	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	IX.	X.	XI.	XII.
Polygonum bistorta			racine						racine	racine	racine	
Polygonum hydropiper						herbe	herbe	herbe	herbe			
Polygonum lapathifolium						herbe	herbe	herbe	herbe			
Polypodium vulgare			racine	racine					racine	racine		
Populus nigra			racine écorce	racine écorce								
Populus tremula		racine	racine écorce	écorce								
Potentilla anserina			racine		herbe	herbe	herbe			racine		
Potentilla erecta			racine						racine	racine		
Primula veris			racine	fleur	fleur					racine		
Prunella vulgaris						herbe	herbe	herbe	herbe			
Prunus cerasus							fruit	fruit				
Prunus dulcis							fruit	fruit	fruit			
Prunus padus		écorce	écorce									
Prunus spinosa			fleur	fleur								
Pulmonaria officinalis				feuille	feuille herbe	herbe						
Quercus petraea, Q. robur			écorce	écorce		feuille	feuille			fruit	fruit	
Ranunculus ficaria			herbe	herbe								
Raphanus sativus									racine	racine		
Rhamnus cathartica			écorce						fruit	fruit		
Rhamnus frangula			écorce	écorce	écorce							
Rheum palmatum var. *tanguticum*									racine	racine		
Ribes nigrum						feuille	feuille fruit	feuille fruit				
Robinia pseudoacacia			écorce	écorce	fleur	fleur						
Rosa canina									fruit	fruit		
Rosa centifolia						fleur	fleur					
Rosmarinus officinalis							feuille	feuille				
Rubia tinctorum									racine	racine		
Rubus fruticosus					feuille	feuille	feuille	feuille fruit	fruit	fruit		
Rubus idaeus						feuille	feuille fruit	feuille fruit				
Salix alba			écorce									
Salvia officinalis					feuille	feuille	feuille					
Salvia sclarea					feuille	herbe fleur feuille	herbe fleur	herbe fleur				
Sambucus nigra						fleur		fruit	fruit			
Sambucus racemosa								fruit	fruit			
Sanguisorba officinalis			racine	racine		herbe	herbe	herbe racine	racine	racine		

Mois	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	IX.	X.	XI.	XII.
Sanicula europaea			racine	racine	herbe	herbe				racine	racine	
Saponaria officinalis			racine			herbe	herbe			racine	racine	
Satureja hortensis						herbe	herbe	herbe	herbe			
Saxifraga granulata					herbe	herbe	herbe					
Scrophularia nodosa					herbe racine	herbe racine	herbe racine	herbe racine	herbe racine			
Sempervivum tectorum					feuille	feuille	feuille	feuille	feuille			
Silybum marianum								fruit	fruit			
Sinapis alba							semence	semence				
Solidago virgaurea								herbe	herbe			
Sorbus aucuparia										fruit	fruit	
Stachys officinalis						herbe	herbe	herbe				
Symphytum officinale			racine						racine	racine	racine	
Taraxacum officinale			herbe racine	herbe fleur	fleur feuille	feuille	feuille	feuille	feuille racine	racine		
Teucrium chamaedrys							herbe	herbe				
Thymus serpyllum						herbe	herbe	herbe				
Thymus vulgaris						herbe	herbe	herbe				
Tilia cordata, T. platyphyllos						fleur	fleur					
Trifolium pratense						fleur	fleur	fleur	fleur			
Trifolium repens						fleur	fleur	fleur	fleur			
Trigonella foenum-graecum							semence	semence				
Tropaeolum majus						semence	semence	semence	semence	semence		
Tussilago farfara			fleur	fleur	feuille	feuille	feuille					
Ulmus minor			écorce	écorce								
Urtica dioica					herbe feuille	herbe feuille	herbe feuille	herbe feuille	herbe feuille			
Vaccinium myrtillus						feuille	feuille fruit	feuille fruit	feuille	feuille		
Vaccinium vitis-idaea						feuille	feuille fruit	feuille fruit	feuille fruit			
Valeriana officinalis								racine	racine	racine		
Verbascum densiflorum, V. phlomoides						fleur feuille	fleur feuille racine	fleur feuille racine	fleur feuille			
Verbena officinalis							herbe	herbe				
Veronica officinalis						herbe	herbe	herbe				
Viola odorata			herbe fleur feuille	herbe fleur feuille					racine	racine		
Viola tricolor					herbe	herbe	herbe	herbe				
Zea mays							*stigmates*	*stigmates*				

نمایه

فهرست راهنمای گیاهان (فرانسه)

فهرست راهنمای گیاهان (لاتین)

کتابنامه

Bogdanov: *Avicena,* Prague, 1978

British pharmacopoeia, Londres , 1973

Cecchini, T.,: *Encyclopédie des plantes médicinales,* Paris, 1976

Dextreit, R.,: *La cure végétale,* Paris, 1960

Dietrich, E.,: *Neues pharmaceutisches Manual,* Berlin, 1924

Dostàl, J.,: *Květena ČSR* (Flore de Tchécoslovaquie), I., II., Prague, 1950

Dostàl, J.: *Seznam cévnatých rostlin Květeny československé* (Liste des plantes vasculaires de la flore tchécoslovaque), Prague, 1982

Elkinson, M.M.,: *Lekarstvennyje rastenija* (Plantes médicinales), Kiev , 1957

Encke, F._ Buchheim, G.,: *Zander Handwörterbuch der Pflanzennamen,* Stuttgart, 1979

Englert, L.,: *Paracelsus˘, clŏvek a ľékar* (Paracelse, l'homme et le médecin), Prague, 1943

Fournier, P., : *Les quatre flores de France* Paris, 1961

Frederichs, G. _ Arends , G._ Zornig, H., : *Hagers Handbuch der pharmazeutischen Praxis,* Berlin, 1927

Görz, H., : *Die Natur heilt,* Munich , 1969

Héraud, A., : *Nouveau Dictionnaire des Plantes médicinales* , Paris, 1927

Hyams, E., : *Plants in the service of Man,* Londres, 1971

Korbelàř, J. _ Endris, Z. _ Krejča, J., : *Naše rostliny v lékařství* (Nos plantes dans la médecine), Prague, 1968

Kreig, M.B., : *The Green Medecine,* 1964

Křesànek, J._ Krejča, J., *Atlas liečivých rastlín a lesných plodov* (Atlas des Plantes médicinales et des fruits des bois), Martin, 1977

Kybal, J.,: *Plantes aromatiques et culinaires,* Paris, 1981

Madaus, G.,: *Lehrbuch der biologischen Heilmittel,* tomes I_ III, Leipzig, 1938

Minařík, J.,: *Farmakognosie* (La pharmacognosie), Prague, 1979

Mosig, A._ Schramm, G.,: *Der Arzneipflanzen- und Drogeschatz Chinas und die Bedeutung des pen-Tsào Kang- Mu,* Berlin, 1955

Novák. F. A., *Farmaceutická botanika* (La botanique pharmace-utique), Prague, 1950

Novàk, F.A., : *Encyclopédie illustrée du monde végétal, Paris,* 1978

Pajor, J.W., : *Surowce zielarskie stosowane v kosmetyce,* Varsovie , 1976

Perrot, E., Paris, R., : *Les Plantes médicinales,* Paris , 1970

Petlach, S., : *Stručnà toxicologie* (Précis de toxicologie) , Prague, 1948

Pharmacopoea austriaca, VIIᵉ édition, Vienne, 1889

Pharmacopoea Germaniae, Magdebourg, 1865

Pharmacopoea bohemoslavenica, III^e^ édition , Prague, 1970

Poliak, K.,: *Wissen und Weisheit der alten Ärtzte* Düsseldorf, 1968

Sandhack , H.A.,: *Die Kultur der Heilpflanzen,* Radebeul et Berlin, 1953

Schauenberg, P. _ Paris, F.,: *Guide des Plantes médicinales,* Neuchâtel, 1968

Schmaltz, D.,: *Pflanzliche Arzneimittel bei Theophrast von Hohenheim, genannt Paracelsus,* Stuttgart, 1941

Schneider, F. _ Vogl, A.,: *Commentar zur österreichischen Pharmacopoe,* Vol . III, Vienne, 1869

Skarnitzl, E.,: *Nĕkolik poznàmek kĕ sbĕrŭ lécivých rostlin* (Quelques remarques sur le ramassage des plantes médicinales), Prague , 1935

Stary, F. _ Jiràsek, V. _ Severa, F.,: *Les plantes médicinales,* Paris, 1973

Steinegger , E. _ Hansel, R.,: *Lehrbuch der allgemeinen Pharmacognosie,* Berlin, 1970

Teuschner, E.,: *Pharmacognosie,* tomes I et II, Berlin, 1970

Tschirch, A.,: *Handbuch der Pharmacognosie,* Vol. 1-3 , Leipzig, 1910 - 1923

Valnet, J., : *L'aromathérapie,* Paris , 1976

Wendelberger , E.,: *Plantes de santé,* Paris , 1981

Zemlinskij., S.E.,: *Lekarstvennyje rastenija SSSR* (Les plantes médicinales de l'U.R.S.S.), Moscou, 1951